



Organisme Communautaire des Services aux Immigrants d'Ottawa



Bienvenue à Ottawa
Guide à l'intention des nouveaux arrivants
et des immigrants

Organismes parrainant la parution de ce guide :

Nom	Organisme
Godwin Ifedi	Santé publique Ottawa
Abid Ullah Jan	Centre du sud-est d'Ottawa pour une communauté en santé
Maria Cristina Serje	Centre de ressources communautaires d'Ottawa ouest
JP Melville	Organisme Communautaire des Services aux Immigrants d'Ottawa
Anup Pradhanang	Nepalese Canadian Association of Ottawa
Pawan Agrawal	Nepalese Canadian Association of Ottawa

Bénévoles	Contribution
Jackie Kanyuk	Conception du projet
Carmen Lo	Conception graphique et maquette
Nancy Newman	Rédaction et édition
Karla Heras Acuna	Rédaction et édition



SOUTHEAST OTTAWA CENTRE
FOR A HEALTHY COMMUNITY



CENTRE DU SUD-EST D'OTTAWA
POUR UNE COMMUNAUTÉ EN SANTÉ

Western Ottawa
Community
Resource Centre



Centre de ressources
communautaires
d'Ottawa ouest

*Certaines illustrations retenues pour ce guide proviennent soit de l'Internet soit de la Photothèque de la Commission de la Capitale Nationale. Les droits d'auteur sont la propriété des différents photographes.

Bienvenue !!!

En arrivant à Ottawa, vous vous posez bien des questions. Voici à votre disposition, un mini-guide répondant à vos questions les plus pressantes. Nous vous recommandons de commencer par téléphoner puis de rencontrer quelqu'un qui peut vous aider. A Ottawa, les meilleurs services d'aide se trouvent auprès des bureaux des Services d'établissement des immigrants dont vous trouverez la liste à la fin de ce guide.

Ce guide présente ce que vous avez besoin de savoir au cours de vos deux premières semaines à Ottawa. Il ne prétend pas répondre à toutes vos questions et vous pouvez toujours consulter d'autres sources d'information.

Toutefois, nous espérons vous faciliter du mieux possible votre installation en ville.

Bienvenue à Ottawa !

Table des Matières

Les premiers jours à Ottawa 1

- L'arrivée
- Le temps
- Où rester ?
- Hébergement temporaire

Où trouver l'information 2

- Services d'établissement des immigrants
- Les centres de ressources communautaires et de santé
- La bibliothèque publique d'Ottawa
- Bureaux de l'immigration

Échange de devises 4

Sécurité 5

- La maison et la sécurité
- En cas d'incendie
- Renseignements généraux – Ville d'Ottawa
- Laisser les enfants seuls à la maison

Pièces d'identité 6

Numéro d'assurance sociale (NAS) 6

Carte santé 7

Comment téléphoner 7

- Ligne téléphonique
- Les cartes d'appel
- Téléphone Mobile

Le courrier 9

- Envoi de lettre ou de paquet
- Comment obtenir une adresse postale

Ouvrir un compte bancaire 9

Transports 10

- Transports publics (OC Transpo)
- Voitures
- Taxis
- Conduire
- Les passages pour piétons
- Cartes

Soins des enfants 13

- Inscription des enfants à l'école
- Services de garde d'enfants

Comment trouver ces services 14

- Demande de prestation fiscale canadienne pour enfants (PFCE)
- Protection de l'enfance

Les soins de santé 15

- Comment trouver un médecin de famille
- Médicaments sur ordonnance
- Le coût des médicaments sur ordonnance
- Santé publique – Enfants d'âge scolaire

Logement 17

- Location
- Mobilier
- Alimentation
- Vêtements

Éducation 19

- Écoles élémentaires et secondaires
- Éducation permanente
- Éducation postsecondaire
- Évaluation de vos diplômes et de vos compétences
- Enseignement du français et de l'anglais – CLIC
- Enseignement du français et de l'anglais – Autres choix

Impôts et taxes 22

- TPS et TVP
- Impôt sur le revenu
- Impôt foncier

Emploi 23

- Curriculum Vitae (C.V.)
- Professions et métiers réglementés
- Faire évaluer ses titres et diplômes
- Centres d'emploi d'Ottawa
- Conseils pour chercher un emploi
- Vos droits

Organismes pouvant vous aider 28

- Bureaux des services d'établissement des immigrants – Ottawa
- Bureaux des services d'établissement des immigrants – Ontario
- Centres communautaires de santé
- Centres de ressources communautaires
- Ville d'Ottawa



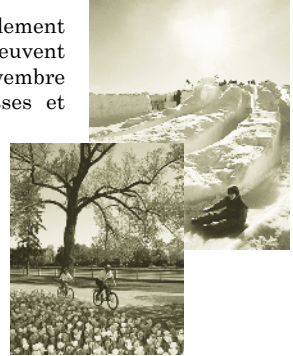
Les premiers jours à Ottawa

L'arrivée

Ottawa dispose d'un aéroport international, d'une gare routière et d'une gare ferroviaire; ces trois points d'entrée sont desservis par les transports en commun de la ville. Comparés à d'autres villes, ces points sont faciles d'accès par rapport aux différents quartiers. A l'exception du centre des réfugiés en vertu de la *Convention de Genève* situé à l'aéroport, il n'existe aucun service officiel d'immigration en ces endroits. Pour obtenir de l'aide pendant la journée, appelez d'un téléphone public n'importe quel bureau des Services d'établissement des immigrants, répertorié à la fin de ce guide. En cas d'arrivée tardive, il vous faudra attendre le lendemain pour téléphoner.

Le temps

A Ottawa, le climat varie considérablement d'une saison à l'autre. Les hivers peuvent être très froids et la neige règne de novembre à mars. Les températures sont basses et peuvent descendre jusqu'à -25°C . A cause de la neige, il est recommandé de s'habiller chaudement et de porter manteau, chapeau, bottes et gants. L'enlèvement de la neige est très bien organisé et la ville ferme rarement ses services même par tempête. L'été, généralement agréable, peut être parfois plutôt humide. Le printemps est l'un des meilleurs moments, non seulement à cause des températures plus modérées mais aussi à cause de la floraison des plantes à bulbes dont le point culminant est le Festival des tulipes, très connu dans le monde entier. Enfin, l'automne peut être très agréable mais il fait peu à peu plus froid.



HIVER – Du 21 décembre au 19 mars

PRINTEMPS – Du 20 mars au 20 juin

ÉTÉ – Du 21 juin au 21 septembre

AUTOMNE – Du 22 septembre au 20 décembre

Où rester ?

Vous aurez besoin de rester quelque part pendant que vous cherchez un logement. Vous pouvez louer un appartement dans un hôtel, dans un gîte ou encore dans une résidence universitaire ou collégiale. Il y a bien souvent de la place et vous pouvez y rester plusieurs jours et même des semaines ou des mois pour un tarif peu élevé.

Hébergement temporaire

Si vous n'avez nulle part où aller en arrivant à Ottawa, vous pouvez appeler n'importe quel bureau des **Services d'établissement des immigrants** (consultez la liste à la fin du guide).

Vous pouvez aussi appeler :

Aide Logement

202-116, rue Lisgar

Tél.: (613) 563-4532

Si vous arrivez à l'aéroport sans aucune adresse où aller, demandez une liste d'hôtels et de gîtes à prix raisonnables à Ottawa et contactez le plus rapidement possible, un bureau des **Services d'établissement des immigrants**.

Pour les réfugiés parrainés par le gouvernement, appelez :

Maison Thérèse Dallaire

204, rue Boteler

Tél.: (613) 789-4338

Voltage : Au Canada, le voltage est de **110/120 V 60 Hz**. Certains appareils étrangers sont munis d'un interrupteur pour changer le voltage mais vous pouvez aussi acheter un adaptateur convenant à votre appareil électrique. De plus, vous aurez aussi besoin d'acheter une autre sorte d'adaptateur pour l'installer sur la prise électrique.

Où trouver l'information

Services d'établissement des immigrants

Les différents bureaux des Services d'établissement des immigrants sont là pour vous aider à refaire votre vie à Ottawa. Ils vous fournissent, entre autres, de l'information sur bien des sujets, par exemple :

- Les documents pour faire une demande de citoyenneté
- Comment trouver un logement

- Où acheter de la nourriture, des vêtements ou des meubles à un prix raisonnable
- Comment trouver du travail et dans quelle école envoyer les enfants
- Les services de santé
- Où apprendre l'anglais ou le français.

Ces services sont toujours confidentiels et gratuits. Beaucoup sont offerts dans d'autres langues que le français et l'anglais. Les numéros de téléphone pour les principaux bureaux d'Ottawa sont publiés à la fin de ce guide.

Les Centres de ressources communautaires et de santé

Les Centres de ressources communautaires et de santé peuvent vous fournir de l'information sur les services, les organisations ou les événements se tenant dans votre quartier. Bien des centres offrent des services dans d'autres langues que le français ou l'anglais. Leurs principaux programmes sont reliés à la santé, aux services sociaux et au développement communautaire. Tous ces services sont gratuits et confidentiels.

La Bibliothèque publique d'Ottawa

La Bibliothèque publique d'Ottawa offre gratuitement de nombreux services. Pour obtenir une carte gratuite de bibliothèque, allez dans n'importe quelle succursale (33 en 2006) avec une photo d'identité. Cette carte vous permettra de consulter l'une des 33 succursales et le Bibliobus. Si vous empruntez des documents mais oubliez de les rendre à l'heure (date de retour), vous aurez à payer une amende. Ces bibliothèques offrent aussi des publications étrangères, des magazines, des journaux, des disques compacts, des DVD, un accès à l'Internet, des pedomètres, des livres sur cassettes audio ou sur disques.



Pour trouver la bibliothèque publique de votre quartier, cherchez la rubrique *Bibliothèque* dans les *Pages bleues* du bottin téléphonique. Vous y trouverez alors, le numéro de téléphone et l'adresse. Vous pouvez appeler pour en vérifier les heures d'ouverture.

Adresse de la Bibliothèque centrale :

120, rue Metcalfe

Ottawa ON K1P 5M2

Tél.: (613) 236-0301 or (613) 580-2945

<http://www.opl.ottawa.on.ca>

Si vous ne savez pas comment consulter le bottin, reportez-vous à la section *Comment téléphoner* de ce guide.

Bureaux de l'immigration

Si vous avez des questions sur votre statut d'immigrant, appelez le Centre d'appels de Citoyenneté et Immigration Canada (CIC) au (613) 954-9019, n° de télécopieur : (613) 954-2221.

Vous pouvez aussi écouter le message enregistré et ce, 24 heures sur 24, 7 jours par semaine. Si vous désirez parler à un agent, appelez entre 8 heures et 16 heures, du lundi au vendredi.

Jours fériés :

Les bureaux du gouvernement, les banques, les bureaux de poste ainsi que de nombreux bureaux et magasins sont fermés aux dates suivantes :

Le *Jour de l'An* – le 1^{er} Janvier

Le *Vendredi saint* – le vendredi précédant le dimanche de Pâques

Le *lundi de Pâques*

La *fête de la Reine* – le troisième lundi de mai

La *fête du Canada* – le 1^{er} juillet

La *fête du Travail* – le premier lundi de septembre

La *fête de l'Action de Grâce* – le deuxième lundi d'octobre

Le *jour de Noël* – le 25 décembre

Le *lendemain de Noël* – le 26 décembre

Échange de devises

Il est toujours utile d'avoir de l'argent canadien avant d'arriver au Canada. Une fois arrivé, vous pouvez échanger vos devises dans les endroits autorisés seulement. Pour ce faire, vous aurez besoin d'une pièce d'identité mais le passeport suffit dans la plupart des cas. Toutes les banques et endroits autorisés n'offrent pas toujours le meilleur taux de change. Vous pouvez consulter les *Pages jaunes* du bottin téléphonique à la rubrique *Bureaux de change* pour réserver à l'avance.

Pour plus d'information sur la devise canadienne, allez à l'adresse suivante :

<http://www.vancouver.hm/money.html>

Pour le taux de change, allez à :

www.bank-banque-canada.ca/en/rates/exchange.html

Les hôtels acceptent de changer de petits montants, en particulier des dollars américains, mais le taux de change n'est pas toujours avantageux.



La monnaie canadienne : le système monétaire canadien repose sur le système décimal. Cent cents ou sous correspondent à un dollar. La monnaie canadienne comprend des pièces et des billets. Il existe des billets de 5\$, de 10\$, de 20\$, de 50\$ et de 100\$.

Sécurité

Sécurité à la maison et sûreté

http://www.safecanada.ca/parents_e.asp?OP=link&topic=93

La maison et la sécurité

Au Canada, la plupart des maisons sont construites en bois. Vous devez toujours faire attention aux possibilités d'incendie. En Ontario, il est obligatoire selon la Loi, d'avoir un détecteur de fumée installé au plafond, à l'extérieur de tout endroit réservé au sommeil. Un détecteur de fumée installé à chaque étage de la maison vous donnera un peu plus de temps pour sortir en cas d'incendie. Ces appareils s'achètent dans n'importe quelle quincaillerie. Rappelez-vous qu'il est interdit de les désamorcer en retirant la pile ou en les débranchant. Si vous êtes locataire, le propriétaire doit vous fournir un détecteur de fumée et s'assurer qu'il est en bon état. Si c'est un appareil à piles, il doit vous donner des piles. Pour vous assurer de la bonne marche de l'appareil, n'oubliez pas d'appuyer sur le bouton au moins une fois par mois. S'il ne fonctionne pas, appelez le propriétaire qui doit venir le réparer ou le remplacer immédiatement.

Pour vérifier l'état de votre appareil, appelez le Service des incendies d'Ottawa au (613) 580-2860.

En cas d'incendie

Composez le 911, et demandez le Service des incendies d'Ottawa. Donnez votre adresse et répondez aux questions, s'il y a lieu.

Renseignements généraux -- Ville d'Ottawa

Pour des renseignements généraux, le Centre d'appels de la ville est ouvert du lundi au vendredi, de 7 heures à 19 heures. Composez le 311.

Laisser les enfants seuls à la maison

En Ontario, il est interdit par la Loi de laisser les enfants de moins de 12 ans seuls à la maison. Si vous avez des enfants, vous pouvez trouver qu'il est difficile de se déplacer avec eux en permanence. Si vous désirez les laisser seuls à la maison, vous devez avoir avec eux une personne âgée de plus de 12 ans pour les surveiller. Avant même de laisser des adolescents seuls à la maison, assurez-vous qu'ils sont prêts à accepter cette expérience.

Consultez le site pour jeunes et parents à l'adresse suivante :

<http://www.choix.org>

ou encore celui sur la sécurité des jeunes enfants à :

<http://www.safekidscanada.ca>

Pièces d'identité

Vous n'avez pas besoin d'un passeport pour circuler au Canada. En général, les gens ont sur eux deux pièces d'identité, mais le plus répandu, c'est le permis de conduire. Il n'est pas nécessaire de tout avoir sur soi mais c'est quelques fois bien utile d'en avoir deux. Voici les pièces d'identité les plus reconnues :

- le permis de conduire
- la carte de résident permanent ou le certificat de citoyenneté
- la carte d'assurance sociale (NAS)
- le certificat de naissance
- une carte de crédit



Numéro d'assurance sociale (NAS)

Vous devez avoir un numéro d'assurance sociale (NAS). Ce numéro et la carte qui l'accompagne font partie de votre identité canadienne. Un tel numéro est une pièce d'identité très importante dont vous avez besoin lorsque vous faites une demande de prestation fiscale canadienne pour enfants, pour remplir votre déclaration des revenus, pour contribuer à un plan de pension ou encore lorsque vous cherchez de l'information auprès d'autres services du gouvernement.

Pour obtenir ce numéro, adressez-vous à un bureau des **Services d'établissement des immigrants** ou encore consultez le Centre d'emploi le plus proche de chez vous. Vous devrez apporter :

- votre passeport
- votre dossier d'immigration
- une autre pièce d'identité (de préférence libellée en français ou en anglais)
- une preuve de résidence

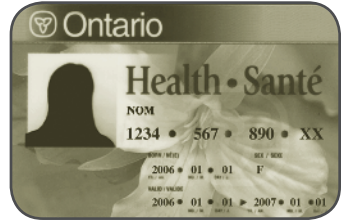
Quelques fois, il arrive que l'on vous demande de donner votre numéro d'assurance sociale comme pièce d'identité. Évitez si possible de le faire et présentez un autre document. Ne donnez jamais ce numéro à une personne non autorisée.

Carte Santé

Pour bénéficier gratuitement des services de santé, vous devez commencer par avoir une carte d'Assurance-santé de l'Ontario (OHIP). En montrant cette carte à un médecin ou à une infirmière ou à un professionnel de la santé, vous pouvez bénéficier des services de base.

L'Assurance-santé de l'Ontario (OHIP)

couvre les services médicaux indispensables dont les visites au médecin de famille et aux spécialistes. Vous devriez faire une demande de carte OHIP dès votre arrivée en Ontario et ce, pour être couvert le plus rapidement possible. En règle générale, la période d'attente est de trois mois à partir de votre date d'arrivée.



Pendant cette période d'attente, il est recommandé de souscrire à une assurance-santé auprès d'une compagnie privée, ce qui procurera une couverture pour certains services médicaux. Téléphonnez à l'**Association canadienne des compagnies d'assurances de personnes (ACCAP)** au 1-(800)-268-8099 pour trouver le nom des compagnies fournissant un tel service. Toutefois, vous **DEVEZ** souscrire dans les 5 jours suivant votre arrivée en Ontario, sinon votre demande ne sera pas acceptée. Généralement, la couverture proposée correspond à la catégorie *Visiteurs au Canada*.

Demande d'inscription : vous pouvez vous adresser à un bureau des **Services d'établissement des immigrants**. Si vous êtes admissible, vous pouvez obtenir la carte santé en remplissant le formulaire de demande intitulé ***Inscription pour obtenir la Carte Santé*** du ministère de la Santé et des Soins de longue durée de l'Ontario.

Les formulaires d'inscription sont disponibles auprès du :

Ministère de la Santé et des Soins de longue durée de l'Ontario

Immeuble Fuller

75, rue Albert

Ottawa (Ontario) K1P 5Y9

Tél.: 1-(800)-268-1154

Adresse du site Web du gouvernement de l'Ontario :

http://www.health.gov.on.ca/english/public/program/ohip/ohip_mn.htm

Une fois rempli, apportez ce formulaire au bureau du **ministère de la Santé et des Soins de longue durée**. N'oubliez pas de prendre avec vous votre dossier d'immigration, un document original prouvant que vous habitez à Ottawa, soit une facture de téléphone, un relevé bancaire portant votre nom et adresse et toute autre pièce d'identité telle que votre passeport, votre carte d'assurance sociale ou une carte de crédit portant votre nom et votre signature.

Comment téléphoner

Disposer d'un téléphone à la maison est très important. Si vous ne faites pas attention

en choisissant votre compagnie de téléphone, vous pourriez payer une fortune pour vos appels interurbains. Demandez que vos factures soient envoyées à votre domicile et conservez-les soigneusement pour comprendre le prix de chaque appel.

Ligne téléphonique

Pour le service à domicile, un montant mensuel fixe est prélevé pour tous les appels locaux. Les appels interurbains sont généralement facturés au nombre de minutes. Certaines compagnies offrent des forfaits pour les appels interurbains. Encore une fois, faites très attention en choisissant la compagnie ou le plan, car vous pourriez très facilement vous retrouver à long terme avec un contrat excessivement cher.

Les cartes d'appel

Ces cartes se vendent partout à Ottawa et permettent de faire des appels interurbains à meilleur prix.

Téléphone mobile

Vous pouvez penser qu'un téléphone mobile reste le meilleur choix au moment de votre arrivée, surtout si vous n'avez pas encore d'adresse permanente. Toutefois à la longue, cela risque de vous coûter fort cher. Discutez donc attentivement de votre plan afin d'éviter des coûts cachés ou encore un contrat dont il est difficile de se défaire.

Importants numéros de téléphone :

Composez ces numéros de téléphone pour obtenir de l'aide :

Numéro	pour rejoindre :
0	un téléphoniste
911	la police, les pompiers, l'ambulance (urgences)
411	les renseignements – numéros de téléphone
311	la Ville d' Ottawa – renseignements généraux

Vous pouvez aussi consulter les numéros publiés dans les premières pages du bottin téléphonique. Ces numéros peuvent servir dans les situations suivantes :

- Centre antipoison
- Agression
- Agression sexuelle
- Autres cas d'urgence

Le courrier

Envoi de lettre ou de paquet



Cherchez l'enseigne Postes Canada dans les magasins et les grandes surfaces. Par ailleurs, vous pouvez aussi acheter des carnets de timbres dans les pharmacies, les épiceries et les dépanneurs. Les paquets plus lourds et encombrants coûtent plus cher à expédier; le coût variant selon la destination et l'importance. En général, la distance est facteur de coût.

Si vous envoyez un paquet dans un autre pays, vous devez remplir un justificatif pour la douane; ce document s'obtient à la poste. C'est une description du contenu du paquet, de sa valeur et de son poids.

Comment obtenir une adresse postale

Une fois votre logement trouvé, vous pouvez recevoir du courrier directement chez vous ou dans une boîte postale. En attendant de trouver un logement, vous pouvez toujours recevoir votre courrier de trois différentes façons :

Demandez si vous pouvez utiliser l'adresse postale d'un parent ou d'un ami; indiquez à l'expéditeur d'ajouter *aux bons soins de*, suivi du nom du parent ou de l'ami. Demandez d'envoyer votre courrier au bureau de poste le plus proche, avec la mention *Poste restante*, expression connue universellement.

Louez une boîte postale à la poste ou dans un magasin qui vend ce service.

Ouvrir un compte bancaire

Il existe de nombreuses banques à Ottawa et chacune, avec une grande variété de services. Vous pouvez aller dans n'importe laquelle dans la journée pour vous renseigner sur les services offerts



ainsi que les différentes sortes de compte. Vous pourrez ainsi comparer les frais de service.

Pour ouvrir un compte dans une banque, un trust ou une caisse, vous devez montrer deux pièces d'identité dont l'une avec votre photo. Il n'est pas nécessaire d'avoir un emploi pour ouvrir un compte.

Transports

Transports publics (OC Transpo)

Ottawa dispose d'un excellent service de transports en commun. Si vous devez prendre régulièrement l'autobus, vous pouvez acheter un laissez-passer mensuel. Lorsque vous l'achetez pour la première fois, vous devez aller vous faire photographier dans l'un des bureaux d'OC Transpo pour obtenir votre carte OC Transpo. Pour plus d'information, vous pouvez appeler le numéro ci-dessous.

Si vous ne prenez pas l'autobus régulièrement, vous pouvez acheter des tickets dans certains magasins ou encore payer le tarif exact, requis chaque fois que vous prenez l'autobus; le chauffeur ne rend jamais la monnaie. Si vous devez prendre une correspondance, dites-le au chauffeur qui vous donnera un billet spécial; ce billet vous permettra de changer d'autobus en cours de route.

Pour tout renseignement, allez à : <http://www.octranspo.com>
Tél.: (613) 741-4390.

Voitures

Si vous avez une voiture et que vous habitez Ottawa, vous devez vous procurer le permis de conduire de l'Ontario. Si vous habitez au Québec, de l'autre côté de la rivière, il vous faudra un permis du Québec. Les permis de conduire internationaux devraient être échangés le plus rapidement possible.

Pour conduire une voiture, vous devez avoir un permis en bonne et due forme. Veuillez noter que le permis international est valide pour une courte période et donc, n'oubliez pas de vérifier votre situation auprès des autorités locales. Par ailleurs, si vous avez des enfants pesant moins de 18 kg, vous devez installer dans la voiture un siège spécial répondant aux normes. Renseignez-vous auprès des bureaux des **Services d'établissement des immigrants** sur la façon de se procurer ces sièges ou allez à l'adresse suivante :

<http://www.mto.gov.on.ca/english/safety/seatbelt.htm>
<http://www.tc.gc.ca/roadsafety/childsafety/menu.htm>

Selon la Loi, conducteurs et passagers doivent attacher leur ceinture de sécurité; en cas de contravention, vous serez obligé de payer une amende. Sur ce point, les conducteurs sont tenus responsables des

enfants de moins de 16 ans. Pour toute infraction de ce genre, un conducteur peut être inculpé, être obligé de payer une amende et de plus, obtenir deux points de démerite. Ces points restent à votre dossier pendant deux ans à partir de la date de l'infraction.

Taxis

Vous pouvez appeler un taxi en toute sécurité; à Ottawa, vous pouvez même les arrêter dans la rue, ce qui n'est pas toujours facile dans d'autres villes. Tenez-vous au bord du trottoir et faites signe à un taxi sans passer. Les taxis sont chers; le prix de la course variant selon la distance. Le prix apparaît au compteur placé à côté du chauffeur. Au moment du départ, le compteur affiche un tarif de base. Très souvent, les taxis partant de l'aéroport proposent un prix forfaitaire au lieu d'utiliser le compteur.

Vous pouvez toujours appeler un taxi par téléphone; reportez-vous aux *Pages jaunes* à la rubrique *Taxis* du bottin téléphonique.

Pourboires :

Il est courant de laisser un léger montant d'argent ou **pourboire** aux personnes qui vous servent; vous le donnez pour les services suivants :

- Serveurs dans les restaurants
- Chauffeurs de taxi
- Service de livraison à domicile
- Porteurs dans les hôtels

Généralement, le pourboire correspond à 15 % du montant dépensé avant taxes.

Conduire

Si vous possédez une voiture, vous devez souscrire à une assurance pour la conduire; vous devez aussi la faire immatriculer. Si vous n'en avez pas, vous pouvez toujours en louer une à la journée, à la semaine, ou aussi longtemps que vous en aurez besoin auprès d'une agence de location de voitures. La plupart des agences de location vous fournissent de l'information sur le code de la route; les prix de location varient en fonction de la durée et de la distance. Vous aurez également besoin d'acheter une assurance-accident ainsi que l'essence. Pour louer une voiture, consultez les *Pages jaunes* du bottin téléphonique à la rubrique *Location d'automobiles et de camions*.

Après votre arrivée au Canada, vous pourrez vous servir de votre permis original pendant encore quelque temps. Toutefois, il faudra repasser votre permis de conduire pour obtenir un permis de

l'Ontario. Pour plus d'information sur les permis et le code de la route, consultez le site du ministère des Transports de l'Ontario à l'adresse suivante : <http://www.mto.gov.on.ca>



Âge de la majorité en Ontario :

Vous devez avoir au moins 16 ans pour :

- Conduire un véhicule
- Travailler à plein temps
- Quitter l'école ou la maison
- Avoir des relations sexuelles (en cours de législation)
- Vous marier

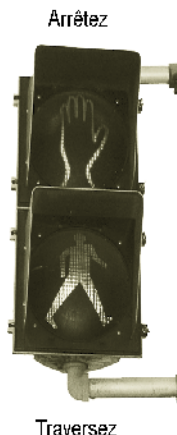
Vous devez avoir au moins 19 ans pour acheter du tabac, acheter et boire de l'alcool.

Les passages pour piétons

Lorsqu'il n'y a pas de feux de circulation dans la rue, vous devez marcher jusqu'au prochain passage pour piétons ou passage clouté pour traverser attentivement la rue à cet endroit précis; vous devez faire attention. Des signaux spéciaux apparaissent aux coins des rues avec feux indiquant lorsque c'est le bon moment de traverser.

Arrêtez-vous. Ne traversez pas. Si la main orange clignote et que vous ayez déjà commencé à traverser, continuez.

Traversez. Pour traverser la rue, vérifiez si c'est le bon moment, poussez le bouton et attendez que la circulation s'arrête. Allongez votre bras devant vous pour indiquer aux automobilistes votre intention de traverser. Une fois les voitures arrêtées, vous pouvez traverser la rue.



Cartes

Vous trouverez des cartes détaillées de la ville d'Ottawa dans les *Pages jaunes* du bottin téléphonique. Vous pouvez également consulter en ligne à l'adresse suivante.

http://www.ottawa.ca/residents/emaps/index_en.html

Soins des enfants

Inscription des enfants à l'école

Veillez lire attentivement dans ce guide la rubrique *Éducation*.

Le personnel des **Services d'établissement des immigrants** parle plusieurs langues, il peut donc vous aider à inscrire vos enfants à l'école. Dans presque toutes les écoles françaises et anglaises d'Ottawa, l'OCISO offre un Programme d'agents de liaison multiculturelle aux enfants d'immigrants et à leur famille (se reporter à la fin du guide). Dans chaque école, ces agents vous expliqueront comment faire inscrire votre enfant; ils vous aideront également à placer votre enfant au bon niveau.



Tous les enfants, garçons ou filles, âgés de 5 à 16 ans, sont tenus d'aller à l'école. Actuellement, la plupart des enfants vont à l'école dès l'âge de 4 ans, soit à la

maternelle soit au jardin d'enfants; cela dépend des parents et de chaque école. Par école élémentaire, on entend toute école offrant la maternelle ou le jardin d'enfants ainsi que des classes allant de la première année jusqu'à la huitième année. L'école secondaire va de la neuvième à la douzième année.

Pour les immigrants, tous les enfants et les adultes qui s'inscriront dans une école élémentaire ou une école secondaire, devront être évalués; pour ce faire, adressez-vous au :

Family Reception Centre

202-300, rue Rochester,

Ottawa (Ontario) K1R 7N4

Tél.: (613) 239-2416; télécopieur : (613) 239-5990

Avant de pouvoir les inscrire dans une école, tous les enfants doivent avoir été vaccinés ou présenter les certificats de vaccination de l'Ontario. Tous les élèves nouvellement arrivés au Canada doivent présenter un certificat d'immunisation et d'évaluation de risque de transmission de la tuberculose.

Services de garde d'enfants

De nombreuses écoles offrent des services de garde d'enfants avant et après l'école, à l'heure du repas de midi et pendant les vacances scolaires. Pour plus d'information, adressez-vous à l'école de votre enfant.

Comment trouver ces services

Les enfants de moins de 12 ans ne peuvent rester seuls à la maison car c'est interdit par la Loi. Demandez à un adulte de la famille ou à un ami de surveiller vos enfants lorsque vous n'êtes pas à la maison.

Il existe à Ottawa différentes sortes de garderie offrant des services à plein temps et à temps partiel, en français et en anglais. Si les parents ne peuvent payer le plein tarif pour ces services, ils peuvent obtenir une aide financière (garderies subventionnées). La plupart de ces centres disposent à la fois de places à plein tarif et de places subventionnées. Le nombre des centres subventionnés est très limité, chaque centre tenant sa propre liste d'attente pour les places subventionnées et non subventionnées.

Vous devriez visiter ces garderies le plus rapidement possible et faire inscrire le nom de votre enfant sur le plus de listes possible. En l'inscrivant à plusieurs endroits, vous augmentez vos chances d'avoir une place lorsque vous en aurez besoin.

Parmi les options, citons :

- Centre de garderie
- Garderies à domicile
- Garderies à domicile agréées
- Pré-maternelles
- Garderies municipales
- Garderies municipales agréées

Services de garde d'enfants d'Ontario au Travail :

(613) 580-2424, poste 24104

Garderies informelles :

(613) 580-2424, poste 24384

Pour plus d'information sur ce chapitre, visitez :

http://www.city.ottawa.on.ca/city_services/childcare/ottawa/options/index_en.shtml

Division des services à l'enfance : (613) 580-2424, poste 24100

Demande de prestation fiscale canadienne pour enfants

Si vos enfants sont âgés de moins de 18 ans, vous pouvez faire une *Demande de prestation fiscale canadienne pour enfants* (PFCE). Cette prestation est versée mensuellement pour aider les familles à défrayer leurs coûts. Vous pouvez obtenir un formulaire de demande auprès de tout bureau des **Services d'établissement des immigrants** ou de l'Agence du revenu du Canada (ARC).

Vous devriez faire une demande le plus rapidement possible car vous pouvez recevoir rétroactivement cette mensualité jusqu'à concurrence de 11 mois avant la date de votre demande.

Protection de l'enfance

En Ontario, la Loi protège les enfants de tout abus physique ou sexuel. La société de l'Aide à l'enfance d'Ottawa peut vous fournir l'information sur les services de protection de l'enfance, l'adoption et tout autre service relié au bien-être des enfants.

Les soins de santé

Comment trouver un médecin de famille

Adressez-vous à un bureau des **Services d'établissement des immigrants** ou à un Centre communautaire de santé dont la liste est à la fin du guide. Pour toutes les visites médicales, vous devez présenter votre carte Santé (OHIP). Si vous n'en avez pas, vous serez probablement obligé de payer la visite. Adressez-vous au Centre

communautaire de santé pour savoir ce qu'il convient de faire dans cette situation.

Bien qu'il y ait pénurie de médecins de famille dans de nombreux quartiers d'Ottawa, il existe toutefois plusieurs façons de trouver un médecin :

- Demandez à un ami si son docteur accepte de nouveaux patients
- Consultez le service **Find a Doctor** du Collège des médecins et chirurgiens de l'Ontario pour trouver un médecin dans votre quartier. Appelez le 1-800-268-7096, poste 626
- Consultez les **Pages jaunes** du bottin téléphonique à la rubrique *Médecins et chirurgiens*
- Demandez dans un hôpital, s'il y a un service de médecine familiale
- Visitez les cliniques et les centres médicaux de votre quartier.

Comme il peut être difficile de trouver dans votre quartier un docteur acceptant de nouveaux patients, vous pouvez toujours vous présenter sans rendez-vous dans n'importe quelle clinique médicale où il y a toujours un docteur ou une infirmière de service. Les médecins de famille reçoivent généralement à leur cabinet sur rendez-vous.

Dans tout hôpital, le Service des urgences ne s'occupe que des personnes dans un état critique ou sérieusement blessées. Ce service n'est pas mandaté pour dispenser des soins médicaux de routine, ce qui revient à un médecin de famille ou à une clinique médicale.

Médicaments sur ordonnance

Certains médicaments ne s'obtiennent que sur ordonnance médicale. Si votre docteur l'estime, il vous rédigera une ordonnance. A titre de patient, l'on s'attend à ce que vous preniez les médicaments tel qu'indiqué. C'est à vous qu'il revient d'informer votre docteur de toute allergie ou de tout autre traitement en cours. De plus, l'on s'attend à ce que vous posiez des questions sur le médicament prescrit.

Vous devez présenter votre ordonnance au pharmacien qui est un professionnel de la santé chargé de préparer ou de dispenser ce médicament. Les pharmaciens travaillent dans des drugstores ou pharmacies situées dans les grandes surfaces, les hôpitaux, les centres communautaires de santé; ils travaillent aussi pour le gouvernement. Des frais de service sont ajoutés au coût du médicament pour couvrir leur travail.

Le coût des médicaments sur ordonnance

L'Assurance-santé de l'Ontario (OHIP) ne couvre pas l'achat des

médicaments. Il vous sera demandé de payer ces dépenses. Certains employeurs offrent une couverture collective qui permet de défrayer une partie des coûts des médicaments prescrits sur ordonnance. Enfin, vous pouvez toujours souscrire une couverture individuelle auprès d'une compagnie d'assurances privée. Les personnes ayant un statut de réfugié peuvent être admissibles à la gratuité de certains médicaments critiques dans le cadre du Programme fédéral de santé intérimaire (PFSI).

Santé publique -- Enfants d'âge scolaire

Pour s'inscrire à l'école, tout enfant arrivé récemment au Canada doit présenter un certificat d'immunisation et d'évaluation de risque de transmission de la tuberculose. La Direction de la santé publique d'Ottawa vérifiera que toutes les vaccinations et dépistages requis ont été faits ou dans le cas contraire, qu'il existe une raison valable d'exemption.

Les vaccinations sont gratuites. Pour toute question sur les blessures, la prévention des maladies, les soins préventifs aux bébés et aux enfants, la grossesse, le rôle des parents etc., appelez :

Direction de la Santé publique d'Ottawa

Tél.: (613) 580-6744

Sans frais : 1-(866)-426-8885

ATS : (613) 580-9565

<http://www.ottawa.ca/health>

Logement

Location



Il existe à Ottawa bien des sortes de logement à louer tels que des maisons, des maisons en rangée, des appartements et des chambres. D'après la Loi, les propriétaires ne peuvent faire de discrimination en raison de la race, de la couleur, de la religion, de l'âge, d'une infirmité, du statut social ou de l'origine ethnique.

Pour louer une maison ou un appartement, vous devez signer un contrat ou bail dont les modalités peuvent varier. Dans certains baux, par exemple, les dépenses de chauffage et d'électricité sont incluses. Donc, lorsque vous louez un logement, vous avez à la fois des droits et des obligations. Avant de signer un bail, n'hésitez pas à appeler l'Aide au logement de n'importe quel bureau des **Services d'établissement des immigrants**. Vous pouvez aussi vous adresser à :

Aide Logement

Bureau 202
116, rue Lisgar
Tél.: (613) 563-4532

Enfin, de nombreux magazines affichent des occasions de location; la plupart, gratuitement. N'oubliez pas de consulter les *Petites annonces* des quotidiens.

Mobilier

Si vous avez un budget limité, vous pouvez acheter des meubles d'occasion en bon état dans différents magasins de la ville. Quelques fois en été, vous voyez dans la rue du mobilier à vendre. Vous trouverez également des annonces dans les journaux pour des meubles d'occasion.

Il existe aussi de nombreux magasins de bienfaisance qui vendent des meubles et des ustensiles de cuisine à bas prix. Demandez où se trouvent les magasins de l'Armée du salut, de la société de Saint Vincent de Paul et ceux de Value Village.

Enfin, l'on trouve aussi des magasins de mobilier neuf. Allez visiter et comparez les prix; en outre, ces magasins organisent, de temps à autre, des ventes spéciales de meubles.

Alimentation

Presque tous les achats de nourriture se font dans les supermarchés; le prix des produits variant quelques fois. Si vous désirez économiser de l'argent et gagner du temps, c'est une bonne idée de regarder les dépliants publiés par les magasins où vous avez l'intention d'aller, de noter ce qui est en vente spéciale et de préparer votre liste.

Vous pouvez aussi faire ces achats dans les *dépanneurs*, petits magasins de quartier plus chers que les supermarchés, vendant des produits de première nécessité tels le pain et le lait mais restant ouverts plus longtemps que les supermarchés.

A Ottawa, vous pouvez trouver des produits venant de partout. Demandez à un bureau des **Services d'établissement des immigrants** où aller pour trouver les produits de votre choix. Vérifier dans les marchés et les fermes de la région d'Ottawa. Le Groupe pour la sécurité alimentaire d'Ottawa propose une liste très intéressante des marchés des petits producteurs; ce groupe a également publié un guide. <http://www.spcottawa.on.ca/ofsc>

Les banques d'alimentation sont un service d'urgence pour les personnes les plus démunies. C'est un service gratuit. Pour plus d'information, adressez-vous à tout bureau des **Services d'établissement des immigrants**.

Vêtements

A Ottawa, vous avez besoin de vêtements différents pour chaque saison mais rappelez-vous que pour l'hiver, vous aurez besoin de vêtements chauds. Une température de moins 30° Celsius est extrêmement froide. Certaines personnes portent de deux à trois couches de vêtements pour avoir chaud. Vous aurez besoin de gants, d'un bonnet chaud et de bonnes bottes bien solides. N'oubliez pas que les enfants prennent facilement froid et qu'il faut faire très attention à leurs mains, leur tête et leurs pieds.

Les vêtements peuvent coûter fort cher et bien des gens préfèrent acheter des vêtements d'occasion; Ottawa dispose de nombreux magasins de vêtements d'occasion. Les personnes les plus démunies peuvent bénéficier du service de distribution gratuite de vêtements. Pour ce faire, adressez-vous à tout bureau des **Services d'établissement des immigrants**.

Heures d'affaires :

Les heures d'ouverture d'un commerce ou d'un bureau dépendent de sa spécialité et du quartier. En général, les heures d'ouverture sont les suivantes :

Lundi, mardi, mercredi et samedi de 9 h à 18 h
Jeudi et vendredi de 9 h à 21 h
Dimanche de 10 h à 17 h

Éducation

Pour plus d'information, adressez-vous aux bureaux des **Services d'établissement des immigrants**. Pour aider les parents et les élèves nouvellement arrivés, l'OCISO offre un programme spécial de liaison multiculturelle dans la plupart des écoles d'Ottawa (voir liste à la fin du guide).



Écoles élémentaires et secondaires

D'après la Loi, tous les enfants sont tenus d'aller à l'école de 5 à 16 ans mais la plupart des enfants vont au jardin d'enfants ou à la maternelle dès l'âge de 4 ans.

Il est recommandé d'inscrire votre enfant à l'école le plus tôt possible. Pour ce faire, vous devez aller à l'école la plus proche de chez vous et présenter :

- le certificat de naissance de l'enfant ou un passeport
- le dossier d'immigration de l'enfant
- les certificats de vaccination

Avant de commencer l'école, tous les enfants doivent être vaccinés (se reporter à la rubrique *Santé*).

A Ottawa, l'enseignement élémentaire public est offert en français et en anglais; toutefois, les écoles catholiques romaines dispensent le même enseignement.

Ottawa-Carleton District School Board : (613) 596-8731

<http://ocdsb.edu.on.ca>

Conseil des écoles publiques de l'Est de l'Ontario : (613) 742-8960

<http://www.cepeo.on.ca>

Conseil des écoles catholiques de langue française du Centre-Est : (613) 744-2555

<http://www.ceclf.edu.on.ca/ceclfce/index.html>

Ottawa-Carleton Catholic School Board : (613) 224-2222

<http://www.ocdsb.on.ca>

Dans toutes les écoles publiques, filles et garçons sont ensemble et suivent les mêmes classes. En général, la journée d'école commence à 8 heures le matin et se termine vers 3 heures de l'après-midi. Les enfants vont à l'école du lundi au vendredi, du début de septembre à la fin juin.

Le système public encourage les parents à participer aux activités scolaires et à ce titre, vous avez le droit de participer à la planification de l'éducation de votre enfant. De temps à autre, les parents sont invités à rencontrer les professeurs. C'est une occasion pour les parents de discuter avec les professeurs des progrès de leurs enfants. Si vous avez des difficultés à vous exprimer en anglais ou en français, amenez un interprète; l'école essaiera également d'en trouver un si vous en faites la demande avant la rencontre.

A Ottawa, certains enfants vont dans des écoles privées; leur scolarité étant entièrement payée par leurs parents.

Éducation permanente

Pour les résidents de l'Ontario, âgés de 18 ans ou plus, qui aimeraient obtenir leur diplôme d'études secondaires, l'éducation permanente est gratuite. De plus, des subventions pour le transport et la garde des enfants sont offertes aux étudiants admissibles.

Adult High School

(Ottawa-Carleton District School Board)

Tél.: (613) 239-2707

<http://adulths.4poyntzdezign.com/>

St. Nicholas Adult High School

(Ottawa-Carleton Catholic School Board)

Tél.: (613) 228-8888

<http://continuingeducation.ocdsb.on.ca/>

Éducation postsecondaire :

L'éducation postsecondaire relève des universités, des collèges d'arts appliqués et de technologie, souvent appelés collèges communautaires, et des écoles techniques privées. A Ottawa, il existe plusieurs options à ce chapitre. Les institutions les plus connues sont :

Carleton University

Bureau 315, Hall Robertson
1125, promenade Colonel By
Tél.: (613) 520-3663
<http://www.carleton.ca>

Université d'Ottawa

InfoService, Pavillon Tabaret
75, avenue Laurier est
Tél.: (613) 652-5700
<http://www.uottawa.ca>

Collège Algonquin

Campus Woodroffe
1385, avenue Woodroffe
Tél.: (613) 727-4723
<http://www.algonquincollege.com>

Université St-Paul

223, rue Main
Tél.: (613) 236-1393
<http://www.ustpaul.ca>

Évaluation de vos diplômes et de vos compétences

Pour obtenir une évaluation de vos diplômes, adressez-vous à l'organisation **World Skills**, répertoriée à la fin de ce guide. Si vous faites une demande d'emploi ou de retour aux études, l'employeur ou l'établissement peut exiger la preuve de vos diplômes ou de votre formation professionnelle. L'on pourra aussi exiger vos documents pour les comparer aux diplômes et certificats décernés au Canada.

Vous pouvez vous adresser directement au :

Centre d'information canadien sur les diplômes internationaux
<http://www.cicic.ca>

Enseignement du français et de l'anglais -- CLIC

Le Programme de cours de langues pour les immigrants au Canada (CLIC) est offert en vertu de la Convention de Genève, aux immigrants et aux réfugiés âgés de plus de 17 ans; ces cours sont financés par Citoyenneté et Immigration Canada. Avant de commencer, vous devez passer un test d'évaluation de vos connaissances de la langue afin de déterminer votre niveau. Ce test est administré par le YMCA/YWCA.

YMCA of Ottawa-Carleton

Language Assessment and Resource Centre

Bureau 308
240, rue Catherine
Ottawa (Ontario) K2P 2G8
Tél.: (613) 238-5462
<http://www.educomts.com/ymca-ywca/Larc2/index.htm>

Enseignement du français et de l'anglais - Autres choix

La plupart des universités, des collèges communautaires et des conseils scolaires offrent également des cours de langues de même que certaines organisations communautaires et des écoles privées de langues. Pour plus d'information, adressez-vous directement à ces groupes mais ces cours n'étant pas gratuits, rappelez-vous d'en demander le prix. Les conseils scolaires de langue française offrent également des cours de français.

Impôts et taxes

TPS et TVP

Tous les résidents de l'Ontario paient plusieurs sortes de taxes, entre autres, la taxe fédérale sur les produits et les services (TPS), taxe ajoutée à tout achat de bien ou de service. Toutefois, le loyer, la plupart des produits d'alimentation, les services et produits médicaux en sont exempts. De plus, en Ontario, le gouvernement provincial prélève la taxe de vente provinciale (TVP); toutefois, certains articles dont les produits alimentaires achetés dans les supermarchés et les médicaments sur ordonnance ne sont pas taxés.

Impôt sur le revenu

Chaque année, vous devez déclarer vos revenus au gouvernement fédéral et au gouvernement provincial. L'année fiscale court du 1^{er} janvier au 31 décembre. La date limite pour soumettre sa déclaration est le 30 avril de l'année suivante; les formulaires de déclaration sont disponibles dans tous les bureaux de poste.

Tout employeur doit remettre à chaque employé un *État de la rémunération payée* ou *Feuille de renseignement T4*. Ce document indique les gains de l'employé et les déductions faites au cours de l'année. De plus, les banques et autres institutions financières expédient par la poste des états de compte indiquant le montant d'intérêt gagné sur les comptes-épargne et sur les placements au cours de cette même année. Vous devez joindre une copie de chaque relevé à votre déclaration; n'oubliez pas de garder tous vos reçus.

A Ottawa, certaines organisations offrent souvent des ateliers gratuits pour aider les gens à remplir leur déclaration. Pour plus d'information, adressez-vous à l'Agence du revenu du Canada au 1-(800)-959-8281 ou bien allez à l'adresse suivante.

<http://www.cra-arc.gc.ca>

Vous pouvez aussi vous adresser à tout bureau **des Services d'établissement des immigrants** ou à un centre de ressources communautaires et de santé.

Impôt foncier

Cet impôt est payé à la ville par la plupart des propriétaires. Si vous louez un appartement, vous n'avez pas à le payer car il est inclus dans votre loyer mensuel. Pour plus d'information, adressez-vous à la Société d'Évaluation foncière des municipalités au 1-(866)-296-6722 ou en allant à <http://www.mpac.ca>

Emploi

Nous vous encourageons à demander de l'aide à tout bureau des **Services d'établissement des immigrants**; cependant, les professionnels voudront peut-être s'adresser à World Skills, répertorié à la fin de ce guide. Pour aider les femmes à trouver un emploi, l'OCISO offre un programme spécial de mentorat.



Pour postuler un emploi, vous aurez besoin de votre carte d'assurance sociale (NAS) mais aussi des documents suivants :

- votre curriculum vitae
- les documents attestant vos diplômes, votre scolarité et vos certificats professionnels
- les accréditations professionnelles
- des lettres de recommandation
- votre certificat de naissance ou votre passeport
- votre permis de conduire
- votre carte de résident permanent ou la confirmation d'une adresse permanente

Au Canada pour vivre, la plupart des gens ont des emplois à plein temps ou à temps partiel. Au début, vous constaterez qu'il est difficile de trouver un emploi très bien rémunéré correspondant à vos compétences et ce, tant que vous n'aurez pas acquis sur place de l'expérience. Par ailleurs, vos titres et qualifications professionnelles ne seront pas reconnus tant que vous n'aurez pas obtenu une équivalence ou suivi de formation. Enfin, rappelez-vous que la connaissance de l'anglais ou du français ou des deux est essentielle.

Curriculum Vitae ou C.V.

Lorsque vous faites une demande d'emploi, la plupart des employeurs vous demanderont votre C.V. C'est une description de votre expérience, de vos titres et qualifications et de toute autre information à votre sujet. Si vous ne savez pas comment le préparer, vous pouvez obtenir de l'aide auprès d'un bureau des **Services d'établissement des immigrants**.

Professions et métiers réglementés

Au Canada, certaines professions et certains corps de métier sont régis par des statuts afin de protéger la santé publique et la sécurité. En voici quelques exemples : médecins, infirmières, ingénieurs, électriciens et corps enseignant. Si dans votre pays d'origine vous exercez un tel métier ou une telle profession et que vous voulez continuer à travailler dans ce domaine au Canada, vous serez obligé d'obtenir une licence délivrée par l'ordre professionnel correspondant. Vous aurez peut-être besoin de rafraîchir vos connaissances ou de les adapter pour mieux répondre aux exigences canadiennes.

Faire évaluer ses titres et diplômes

Un employeur ou un établissement d'enseignement peut vous demander de prouver que vos titres répondent aux normes canadiennes. De faire reconnaître ses diplômes démontre comment les qualifications acquises dans le pays d'origine se comparent aux qualifications canadiennes. Ceci peut vous aider à mieux comprendre le système universitaire canadien lorsque vous cherchez un emploi et faciliter le compte des crédits dont vous avez besoin en vue de l'obtention d'un diplôme, prouvant ainsi que vous avez suivi des cours semblables dans votre pays d'origine.

D'avoir fait évaluer vos titres ne garantit en rien l'obtention d'une licence pour exercer une profession régie par un corps professionnel, ni la reconnaissance par un employeur ou un établissement, de la valeur de ces titres acquis dans un autre pays. Il vous faudra vous acquitter des frais pour obtenir cette évaluation. Pour plus d'information, consultez le site :

World Education Services – Canada

<http://www.wes.org/ca>

Centres d'emploi d'Ottawa – Service bilingue anglais et français

Les Centres d'emploi offrent de l'information sur les offres d'emploi, un accès à l'Internet pour chercher un emploi, un accès aux ordinateurs pour finaliser votre C.V., aux photocopieurs et aux télécopieurs. Le personnel de ces centres peut aussi vous aider à préparer votre C.V. et la lettre couverture; ces services sont gratuits.

OUEST

2^e étage
100, croissant Constellation
Tél.: (613) 560-0625
Télécopieur : (613) 828-9536

EST

1^{er} étage
2339, chemin Ogilvie
Tél.: (613) 560-0626 poste 34322
Télécopieur : (613) 744-2320

CENTRE

Bureau 100
370, rue Catherine
Tél.: (613) 230-4440
Télécopieur : (613) 236-1891

SUD

1^{er} étage est
2020, chemin Walkley (à Conroy)
Tél.: (613) 560-0624 poste 15041
Télécopieur : (613) 737-5578

Conseils pour chercher un emploi

- Contactez tout bureau des **Services d'établissement des immigrants** répertorié à la fin de ce guide.
- Préparez votre dossier.
- Créez votre réseau – la meilleure façon de trouver du travail, c'est d'en parler autour de vous.
- Rencontrez le plus de gens possible.
- Acquérez de l'expérience au Canada, même si ce n'est pas dans votre spécialité.
- Travaillez comme bénévole pour acquérir de l'expérience en milieu de travail.
- Cherchez autant que vous pouvez plutôt que d'attendre l'offre idéale.
- Améliorez vos compétences et vos titres canadiens.
- Retournez au collège ou à l'université pour améliorer vos compétences et vos diplômes.
- Suivez des cours de français ou d'anglais.
- Acceptez des entrevues et travaillez les techniques d'entrevue.
- Regardez les vitrines des magasins et des restaurants, certains affichent des offres d'emploi.
- Consultez la rubrique *Aide demandée* des Petites annonces du journal.
- Consultez les *Pages jaunes* du bottin téléphonique, les répertoires de sociétés ou d'associations qui auraient besoin d'employés ayant vos compétences et vos qualifications.
- Consultez les bulletins d'affichage dans les centres communautaires, les supermarchés et autres endroits publics, pour vérifier les Petites annonces.
- Furetez l'Internet.
- Ne vous découragez pas, cherchez des encouragements tout en continuant à regarder !

Vos droits

Les lois fédérales et provinciales protègent à la fois les employeurs et les employés.

Ces lois définissent le seuil des salaires, les heures de travail et les

normes de santé et de sécurité. Elles garantissent aussi les congés maternité, les congés payés ainsi que la protection des enfants au travail.

Le Canada a également des lois sur les droits des personnes, lois protégeant les travailleurs des abus fondés sur le sexe, l'âge, la race, la religion ou les infirmités.

Au Canada, un employeur doit embaucher les employés sur la foi de leurs qualifications. Par exemple, les employeurs ne peuvent refuser de vous embaucher en raison de votre couleur ou de votre religion. C'est de la discrimination. C'est encore de la discrimination, si l'on vous refuse un emploi en raison de votre âge, de votre sexe, de votre statut social, de votre infirmité ou de votre orientation sexuelle.

Organismes pouvant vous aider

Bureaux des Services d'établissement des immigrants – Ottawa

OCISO (Organisme communautaire des Services aux immigrants d'Ottawa)

959, rue Wellington ouest
Ottawa (Ontario) K1Y 2X5
Tél.: (613) 725-0202
Télécopieur : (613) 725-9054
Courriel : info@ociso.org
<http://www.ociso.org/>

Ottawa Chinese Community Service Centre

2^è étage
391, rue Bank
Ottawa (Ontario) K2P 1Y3
Tél.: (613) 235-4875
Télécopieur : (613) 235-5466
<http://www.ottawachineseservices.org/>

Somali Centre for Family Services

Bureau 303
1719, rue Bank
Ottawa (Ontario) K1V 7Z4
Tél.: (613) 526-2075
Télécopieur : (613) 526-2803
Courriel : information@somalifamilyservices.org
<http://somalifamilyservices.org/>

Immigrant Women Services Ottawa (IWSO)

Bureau 400
219, avenue Argyle
Ottawa (Ontario) K2P 2H4
Tél.: (613) 729-3145
Télécopieur : (613) 729-9308
Courriel : infomail@immigrantwomenservices.com
<http://www.immigrantwomenservices.com/>

Centre catholique pour immigrants

219, avenue Argyle
Ottawa (Ontario) K2P 2H4
Tél.: (613) 232-9634
Télécopieur : (613) 232-3660
Courriel : cic@cic.ca
<http://www.cic.ca/>

Jewish Family Services of Ottawa

Bureau 301
2255, avenue Carling
Ottawa (Ontario) K2B 7Z5
Tél.: (613) 722-2225
Télécopieur : (613) 722-7570
<http://www.jfsottawa.com/contact.htm>

World Skills (corps professionnels et accréditation)

Bureau 201
219, avenue Argyle
Ottawa (Ontario) K2P 1H4
Tél.: (613) 233-0453
Courriel : ws@ottawa-worldskills.org
http://www.ottawa-worldskills.org/home_english1.htm

Agence Libanaise et Arabe des services sociaux d'Ottawa (ALASS) (LASSA)

Bureau 302
151, rue Slater
Ottawa (Ontario) K1P 5H3
Tél.: (613) 236-0003 ou (613) 236-3111
Télécopieur : (613) 236-6886
Courriel : info@lassa.ca
<http://www.lassa.ca/>

Titres et accréditation

World Skills (Professional Education and Accreditation) Education and Accreditation)

Bureau 201

219, avenue Argyle

Ottawa (Ontario) K2P 1H4

Tél.: (613) 233-0453

Courriel : ws@ottawa-worldskills.org

http://www.ottawa-worldskills.org/home_english1.htm

Bureaux des Services d'établissement des immigrants – Ontario

La section *Ontario par région* du site **Settlement.Org** vous permettra de trouver les services offerts dans une région ou une ville de l'Ontario. Pour ce faire, visitez le site : <http://www.settlement.org/site/REGIONS/home.asp> le plus rapidement possible afin de trouver de l'aide dans la région où vous prévoyez vous installer. Si vous pensez atterrir et vivre à Toronto, composez le 211 à partir d'un téléphone local pour qu'un spécialiste de l'information et des recommandations vous renseigne sur les services communautaires de Toronto.

Centres communautaires de santé

Centre de santé et des services communautaires Carlington

900, chemin Merivale

Ottawa (Ontario) K1Z 5Z8

Tél.: (613) 722-4000

<http://www.carlington.ochc.org>

Centre de santé communautaire du Centre-ville

420, rue Cooper

Ottawa (Ontario) K2P 2N6

Tél.: (613) 233-4443

<http://www.centretownchc.org>

Services de santé et services communautaires Pinecrest- Queensway

2^e étage

1365, chemin Richmond

Ottawa (Ontario) K2B 6R7

Tél.: (613) 820-4922

<http://www.pqhcs.com>

Somerset West Community Health Centre

55, rue Eccles

Ottawa (Ontario) K1R 6S3

Tél.: (613) 238-8210

<http://www.swchc.on.ca>

Centre de santé communautaire Côte-de-Sable

221, rue Nelson

Ottawa (Ontario) K1N 1C7

Tél.: (613) 789-1500

<http://www.sandyhillchc.on.ca>

Centre du sud-est d'Ottawa pour une communauté en santé

Bureau 600

1355, rue Bank

Ottawa (Ontario) K1H-8K7

Tél.: (613) 737-5115

<http://www.seochc.on.ca>

Centre de ressources communautaires

**Centre des ressources
communautaires d'Ottawa ouest**
2, cour MacNeil
Ottawa (Kanata) Ontario K2L 4H7
Tél.: (613) 591-3686
<http://www.communityresourcecentre.ca>

**Centre des services
communautaires Vanier**
290, rue Dupuis
Ottawa (Ontario) K1L 1A2
Tél.: (613) 744-2892
<http://www.cscvanier.com>

**Centre de ressources
communautaires Overbrook-Forbes**
Bureau 120
225, rue Donald
Ottawa (Ontario) K1K 1N1
Tél.: (613) 745-0073
<http://www.ofcrc.org>

**Centre de ressources de l'Est
d'Ottawa**
2^e étage
2339, chemin Ogilvie
Ottawa (Ontario) K1J 8M6
Tél.: (613) 741-7029
<http://www.eorc-gloucester.ca>

**Centre de ressources
communautaires
Orléans-Cumberland**
Bureau 211
210, boulevard Centrum
Ottawa (Orléans) Ontario K1E 3V7
Tél.: (613) 830-4357
<http://www.crcorleans-cumberland.ca>

**Hunt Club-Riverside Community
Services Centre**
3310, chemin McCarthy
Ottawa (Ontario)
Tél.: (613) 247-1600
<http://www.huntclubriverside.ca>

**Centre de ressources de la
Basse-Ville**
40, rue Cobourg
Ottawa (Ontario) K1N 8Z6
Tél.: (613) 789-3930
<http://www.crcbv.ca>

**Nepean Community Resource
Centre**
Bureau 106
3730, chemin Richmond
Ottawa (Ontario) K2H 5B9
Tél.: (613) 596-5626
<http://www.ncrc.ca>

Ville d'Ottawa

110, avenue Laurier ouest
Ottawa (Ontario) K1P 1J1
Numéro spécial : 3-1-1
Tél.: (613) 580-2400
http://ottawa.ca/residents/index_en.html

Notre mandat : « Grâce à ses services novateurs, à ses efforts de conscientisation communautaire et à sa participation de membres de la collectivité, l'OCISO permet aux nouveaux arrivants et à leur famille de devenir des membres à part entière d'une collectivité ouverte et accueillante à Ottawa. »

**Organisme Communautaire des Services aux Immigrants d'Ottawa
Ottawa Community Immigration Services Organization (OCISO)**

959 rue Wellington ouest Ottawa, ON, Canada K1Y 2X5
Tél.: 1-613-725-0202 | Télécopieur : 1-613-725-9054
Courriel : info@ociso.org | Site Web : <http://www.ociso.org>

Organisme à but sans lucratif – n° d'enregistrement : 10780 5632 RR0001



Citoyenneté et
Immigration Canada

Citizenship and
Immigration Canada