

TRAVAILLER À L'ÉTRANGER

COMMENT Y VOIR CLAIR



www.voyage.gc.ca





Ça pourrait être votre buanderie
This could be your laundromat.

Travailler à l'étranger

Comment y voir clair

Publié par

Affaires étrangères et Commerce international Canada

Pour recevoir des exemplaires supplémentaires gratuits de cette brochure ou pour obtenir de plus amples renseignements, veuillez consulter le site Web des Affaires consulaires (www.voyage.gc.ca) ou écrire à l'adresse suivante :

Service des renseignements

Affaires étrangères et Commerce international Canada

125, promenade Sussex, Ottawa ON K1A 0G2

Tél. : 1-800-267-8376 (au Canada) ou 613-944-4000

Courriel : enqserv@international.gc.ca

Nous aimerions savoir ce que vous pensez de cette brochure. Écrivez-nous à l'adresse ci-dessus ou par courrier électronique (voyage@international.gc.ca).

L'information figurant dans la présente publication est du domaine public et peut être reproduite sans autorisation.

Dans la présente publication, le masculin désigne aussi bien les hommes que les femmes.

Cette publication est disponible sous d'autres formes, sur demande.

This document is also available in English under the title Working Abroad.

Nota : L'information qui figure dans cette brochure peut changer.

Pour avoir les renseignements les plus à jour, veuillez consulter notre site Web ou les ressources mentionnées à la section Sources d'information.

Cette section renferme aussi de l'information sur les publications et les programmes du Ministère ainsi que des suggestions de lectures complémentaires.

© Sa Majesté la Reine du chef du Canada, représentée par le ministre des Affaires étrangères du Canada, 2007

Révision : août 2007

N° de cat. : E2-175/2003-1F

ISBN : 0-662-89908-3

www.canada123go.ca 1 877 go123go

VOYAGER ET TRAVAILLER À L'ÉTRANGER
TRAVEL & WORK ABROAD



Affaires étrangères et
Commerce international Canada

Foreign Affairs and
International Trade Canada

Canada

TABLE DES MATIÈRES

Introduction	1
Avant de partir	1
Trouver du travail à l'étranger	1
Programmes internationaux pour les jeunes	2
Évaluer une offre d'emploi	3
Se renseigner sur le pays d'accueil	4
Se procurer les documents nécessaires	5
Le logement	8
La double citoyenneté	8
Questions de santé	9
Autres assurances	14
Règlements visant les animaux domestiques	14
Questions pratiques et d'ordre financier	15
Questions et préoccupations personnelles	17
Travailler à l'étranger	21
L'inscription auprès d'un bureau du gouvernement du Canada à l'étranger	21
L'assistance consulaire	21
Voter	22
Ouvrir un compte	22
Établir un budget	23
Acheter une voiture	23
Se marier ou divorcer	23
La naissance d'un enfant	24
Les lois et les coutumes du pays d'accueil	24
Drogues et médicaments	24
Revenir au Canada	25
La taxe de départ	25
S'acquitter de ses obligations	25
Rapporter ses affaires personnelles	25
Déclaration d'espèces et d'instruments monétaires	25
Souvenirs illégaux	25
Numéro d'assurance sociale et régime provincial d'assurance maladie	26
Votre santé	26
Sources d'information	27

INTRODUCTION

Des milliers de Canadiens vivent et travaillent à l'étranger. La grande majorité d'entre eux réussit très bien et, pour beaucoup, il s'agit d'une expérience enrichissante. Si vous envisagez de travailler dans un pays étranger, vous devrez vous occuper d'une foule de détails avant de partir. En vous préparant avec soin et en planifiant judicieusement votre projet, vous mettrez toutes les chances de votre côté pour profiter en toute sécurité d'une expérience internationale des plus gratifiantes.

La brochure *Travailler à l'étranger* : *comment y voir clair* contient des renseignements pratiques qui vous aideront à faire de votre projet une réussite. Vous y trouverez également des conseils sur ce qu'il faut faire quand les choses ne marchent pas comme prévu. Lisez-la avant de partir et mettez-la dans vos bagages pour la consulter au besoin.

La Direction générale des affaires consulaires d'Affaires étrangères et Commerce international Canada tient à offrir à tous les Canadiens des services efficaces et rapides dans le monde entier. Nous savons que certaines situations ne sont pas faciles à régler seul : un accident, une maladie, des problèmes juridiques ou des différences linguistiques ou culturelles. Si vous avez des difficultés

pendant votre séjour de travail à l'étranger, nous sommes là pour vous aider, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, par l'entremise de notre réseau de plus de 260 bureaux à travers le monde. Vous trouverez la liste de ces bureaux dans la brochure *Bon voyage, mais...* ou dans notre site Web (www.voyage.gc.ca/alt/bureauxcan.asp).

AVANT DE PARTIR

Trouver du travail à l'étranger

Le monde offre tout un éventail de débouchés professionnels. Vous souhaitez travailler dans un pays étranger? Par où faut-il commencer?

Quel que soit le type de travail recherché — emploi rémunéré, travail bénévole ou encore possibilités d'affaires —, vous devez tout d'abord savoir ce que vous voulez faire et où vous souhaitez le faire. Vous devrez aussi évaluer sérieusement vos compétences professionnelles et décider si vous voulez élargir votre expérience ou vous plonger dans un domaine entièrement nouveau. Le livre d'Alan Cumyn, *Le Tour du monde en 1 001 projets*, constitue un excellent outil pour entreprendre cette démarche. Vous y trouverez des conseils pour déterminer vos objectifs personnels et professionnels, planifier votre stratégie de recherche d'emploi et décrocher l'emploi que vous convoitez à l'étranger.

Des recherches menées au cours des 40 dernières années ont permis de tirer de surprenantes conclusions : seulement environ 20 % des gestionnaires affectés à l'étranger font preuve d'efficacité. Bien que la plupart de ceux-ci soient compétents sur le plan technique, ils n'ont pas les aptitudes interculturelles requises pour travailler efficacement dans un autre pays. C'est pourquoi le Centre d'apprentissage interculturel d'Affaires étrangères et Commerce international Canada et Daniel Kealey, Ph.D., ont élaboré un test en ligne — l'Inventaire des compétences interculturelles pour vivre et travailler à l'étranger — qui aide à évaluer l'efficacité interculturelle et l'état de préparation de personnes affectées à l'étranger. Pour en savoir plus, rendez-vous au site du Centre (www.intercultures.gc.ca) ou appelez au 1-800-852-9211 (au Canada) ou au 819-997-1197.

La prochaine étape consiste à chercher un emploi dans Internet, auprès d'agences de placement ou en consultant des journaux ou des revues. Les journaux locaux renferment des offres d'emploi et ils peuvent également vous aider à mieux comprendre le contexte culturel et politique de votre destination. Vous trouverez des journaux étrangers à l'adresse www.courrierinternational.com, dans

les universités ou les bibliothèques publiques, chez les marchands de journaux ou à l'ambassade ou un consulat au Canada du pays qui vous intéresse.

Si vous n'avez pas décidé précisément combien de temps vous voulez travailler à l'étranger, avez-vous pensé à un projet à court terme? Vous pourriez, par exemple, choisir un programme d'échange pour les jeunes, un stage, un échange professionnel, une formule qui combine travail et apprentissage ou encore un emploi de vacances. Vous pourrez alors décider en toute connaissance de cause si vous souhaitez ou non travailler à l'étranger pour une plus longue période.

Programmes internationaux pour les jeunes

Chaque année, les jeunes Canadiens peuvent choisir parmi plus de 30 000 possibilités de voyages et d'emplois à l'étranger dans plus de 40 pays différents, grâce aux ententes d'échanges qu'Affaires étrangères et Commerce international Canada (AECIC) a négociées avec les pays hôtes.

Ces programmes permettent aux Canadiens de 18 à 35 ans de voyager dans le monde et de profiter des nombreux avantages que vous offrent un séjour et un travail à l'étranger. En tant que participant, vous pouvez acquérir une expérience internationale et développer des compétences pratiques.

Pour de plus amples renseignements, veuillez téléphoner au 1-877-go123go, envoyer un courriel à pcee@international.gc.ca ou consulter la page www.canada123go.ca.

Évaluer une offre d'emploi

Avant d'accepter une offre d'emploi à l'étranger, il faut d'abord l'examiner avec soin. La réussite de votre projet dépend grandement des recherches et de la préparation que vous aurez effectuées au Canada.

Renseignez-vous le plus possible sur l'organisme ou l'entreprise qui vous offre un emploi. Demandez des références, visitez son site Web et renseignez-vous auprès du Bureau d'éthique commerciale (si l'entreprise ou l'organisme en question est canadien). Communiquez avec des gens qui ont déjà travaillé pour cet organisme ou cette entreprise, ou demandez à parler à un membre de son personnel.

Examinez attentivement les clauses du contrat ou montrez-les à un avocat. Sachez qu'il n'est pas conseillé d'accepter une offre d'emploi si vous devez attendre d'être sur place pour en connaître les conditions.

Assurez-vous que les clauses financières et autres sont clairement formulées et que vous les comprenez bien. Vous devriez, par exemple, savoir dans quelle devise vous serez payé et quand vous toucherez votre premier chèque de paie. Vous évitez les problèmes liés aux fluctuations du taux de change en vous faisant payer en dollars

canadiens ou américains. Si vous êtes payé en monnaie locale, renseignez-vous pour savoir si elle est convertible et, dans le cas contraire, si le pays limite les sorties de fonds de son territoire.

Vous devriez également vous informer sur le coût de la vie, car ce qui est considéré comme un bon salaire au Canada pourrait ne pas être suffisant dans le pays d'accueil. Pour en savoir plus, consultez les indices de mission canadienne à l'étranger publiés par Statistique Canada (www.statcan.ca/francais/freepub/62-013-XIF/free_f.htm).

Avant d'accepter une offre, vérifiez les conditions régissant une rupture de contrat au cas où les choses ne fonctionneraient tout simplement pas. Pour mettre toutes les chances de votre côté, soyez prévoyant : constituez-vous un fonds d'urgence ou organisez-vous avant de partir avec votre famille ou des amis pour qu'ils vous envoient de l'argent en cas de besoin.

Comprenez bien les accords préalables relatifs à votre visa de travail. Même si votre employeur se charge d'obtenir votre visa, il vous incombe de veiller à ce que toutes les formalités soient remplies en toute légalité et qu'elles soient conformes aux exigences du pays d'accueil. Consultez la section Se procurer les documents nécessaires.

Évitez les aventures hasardeuses. Méfiez-vous des agences de placement à l'étranger qui fonctionnent uniquement par courrier

ou par téléphone et évitez celles qui demandent à être payées d'avance. Si vous êtes une femme, soyez vigilante quand on vous offre un emploi facile et bien rémunéré à titre d'hôtesse ou dans le domaine du spectacle. Dans bien des cas, il s'agit de réseaux de prostitution à peine voilés. Pour en savoir plus à ce sujet, consultez la page www.voyage.gc.ca/alt/escroqueries.asp.

Certains employeurs vous offriront de payer votre billet de retour à la fin de votre contrat ou de rembourser vos frais de voyage. Sachez que cette promesse n'est pas toujours respectée. Dans le cas d'une offre semblable, il est préférable de demander un billet aller-retour ouvert.

Il est également recommandé d'emporter des copies supplémentaires de votre curriculum vitae, de vos diplômes et autres certificats et des lettres de recommandation afin de pouvoir chercher un autre emploi pendant votre séjour à l'étranger. Si vous avez votre curriculum vitae en format électronique, vous pourrez le mettre à jour au besoin. Renseignez-vous toutefois sur les formalités à remplir si vous décidez de changer de travail ou d'employeur, étant donné qu'un tel changement pourrait annuler votre visa ou votre permis de travail. Vous trouverez des renseignements plus précis sur les visas à la section **Le visa et le permis de travail**.

Se renseigner sur le pays d'accueil

Prenez le temps de vous renseigner sur la situation politique, culturelle et économique de votre destination. Des conditions de travail ou un rythme de vie très différents pourraient avoir des répercussions sur votre vie personnelle, vos habitudes de travail et votre satisfaction professionnelle. Lisez tout ce que vous pouvez à ce sujet et tâchez de parler à des gens qui ont travaillé dans ce pays ou pour votre futur employeur.

Vos recherches vous permettront de découvrir ce qui est socialement acceptable et ce qui ne l'est pas dans le pays. Il vous sera plus facile d'entrer en contact avec les gens dans votre nouveau milieu de travail si vous savez comment les saluer et que vous respectez les convenances en matière d'habillement et de comportement.

Certains pays sont aux prises avec des guerres, des émeutes ou des troubles sporadiques. Renseignez-vous sur la situation de votre destination. Consultez les Conseils aux voyageurs préparés pour ce pays et la section Actualités de notre site Web pour obtenir des renseignements à jour sur la sécurité, la santé et les exigences relatives à l'entrée et aux visas pour plus de 200 destinations.

Lorsque vous serez à l'étranger, vous pourrez écouter les dernières nouvelles sur les ondes de Radio-Canada International (RCI). Cette station diffuse aussi les messages du gouvernement du Canada en cas d'urgence.

Nos descriptions de pays (www.voyage.gc.ca/dest/ctry/profiles-fr.asp) renferment des renseignements utiles et des liens menant aux ressources suivantes :

- ✓ Conseils aux voyageurs;
- ✓ carte détaillée, fiche documentaire sur le pays, « E-thologies de pays »;
- ✓ sites Web des bureaux du gouvernement du Canada dans le pays choisi;
- ✓ Aperçus culturels, un aperçu des normes sociales, culturelles et professionnelles auxquelles un Canadien sera confronté dans un pays donné;
- ✓ Planète autochtone, le Canada et l'univers circumpolaire, le Canada et le Commonwealth, le Canada dans la Francophonie;
- ✓ Information sur le commerce et l'investissement offerte par le Service des délégués commerciaux.

Se procurer les documents nécessaires

Le passeport

Vous et les membres de votre famille devez posséder un passeport valide pour résider dans un pays étranger. N'oubliez pas qu'il n'est plus permis de simplement ajouter le nom de l'enfant au passeport de l'un de ses parents. Cette mesure de sécurité vise également à protéger les enfants et à combattre l'esclavage et la prostitution dont certains sont victimes. (Vous trouverez plus d'informations sur les questions

touchant les enfants à l'adresse www.voyage.gc.ca/alt/publ.asp).

Vous pouvez vous procurer un formulaire de demande de passeport en ligne, à l'adresse www.passeportcanada.gc.ca, aux bureaux de Passeport Canada, aux comptoirs postaux au Canada et dans les bureaux du gouvernement du Canada à l'étranger. Il y a des formulaires distincts pour les adultes et les enfants. Une demande dûment remplie et accompagnée des pièces demandées sera traitée en 2 semaines si elle est présentée en personne à un bureau de délivrance de passeports. Le traitement des demandes envoyées par la poste prend jusqu'à 8 semaines. Si vous avez besoin d'un visa, prévoyez une période plus longue, car vous devez être en possession d'un passeport valide pour obtenir un visa. Il est donc préférable de présenter sa demande longtemps avant la date de départ.

Votre passeport est valide pour cinq ans. Si vous voyagez avec un enfant, sachez que la durée de validité de son passeport est de cinq ans s'il est âgé de trois à 15 ans, mais de trois ans seulement s'il est plus jeune. Vérifiez auprès d'un consulat ou de l'ambassade du pays d'accueil accrédité auprès du gouvernement du Canada les règles et restrictions en vigueur concernant la validité des passeports et leur date d'expiration. Certains pays ne laissent pas entrer les visiteurs dont le passeport expire dans les six mois. Une fois arrivé à destination, vous devrez veiller à ce que votre passeport reste valide.

Avant de quitter le Canada, n'oubliez pas de remplir la section **En cas d'accident ou de décès, prière d'aviser** de votre passeport. Nous serons ainsi en mesure de prévenir rapidement votre famille ou vos amis en cas d'urgence.

Au cas où votre passeport serait perdu ou volé, il serait prudent de préparer un « dossier d'urgence », dans lequel vous placerez :

- une photocopie de la page d'identification de votre passeport;
- l'original de votre certificat de naissance ou de citoyenneté;
- une copie d'au moins une pièce d'identité valide pour confirmer votre identité et le nom qui figure dans le passeport;
- l'adresse et le numéro de téléphone du bureau du gouvernement du Canada dans le pays où vous projetez de travailler;
- deux photographies récentes, répondant aux exigences de Passeport Canada.

Conservez ces documents dans un endroit sûr, séparément de votre passeport, afin d'éviter toute perte de temps et d'argent advenant la perte du passeport. Pour une plus grande sécurité, vous pourriez aussi confier une copie de votre dossier d'urgence à un ami ou un parent au Canada.

Si, pendant votre séjour à l'étranger, vous vous faites voler votre passeport ou vous le perdez, signalez l'incident à la police de

l'endroit et demandez que l'on vous remette une copie du rapport de police, puis communiquez immédiatement avec le bureau du gouvernement du Canada le plus proche pour en obtenir un nouveau. Vous devrez remplir un formulaire de demande, présenter une preuve écrite de citoyenneté canadienne (certificat de naissance ou de citoyenneté et au moins une pièce d'identité valide) et deux photographies récentes, payer les frais exigés et remplir le formulaire « Déclaration concernant un passeport ou autre document de voyage canadien perdu, volé, inaccessible ou détruit » (formulaire PPT 203).

Pour de plus amples renseignements sur les passeports, consultez la page www.passeportcanada.gc.ca ou téléphonez au 1-800-567-6868.

Le visa et le permis de travail

Tous les pays exigent des étrangers qui désirent travailler sur leur territoire qu'ils obtiennent une permission spéciale à cette fin, c'est-à-dire un visa ou un permis de travail.

Seul le pays d'accueil pourra vous fournir une information définitive et officielle en ce qui concerne les exigences d'entrée. Avant de quitter le Canada, vous devriez vous procurer le visa ou le permis de travail nécessaire en vous adressant à l'ambassade ou à un consulat de ce pays accrédité auprès du gouvernement du Canada. Pour

obtenir leurs coordonnées, consultez nos Conseils aux voyageurs. L'obtention d'un visa ou d'un permis de travail prend parfois plusieurs mois; la demande doit donc être faite des mois avant la date de départ.

Il est possible que votre visa contienne des dispositions particulières concernant vos entrées sur le territoire du pays d'accueil et vos sorties du territoire. Si vous projetez de voyager pendant votre stage à l'étranger, renseignez-vous afin d'obtenir un visa pour séjours multiples, ce qui vous évitera des ennuis.

Pour changer d'emploi après votre arrivée au pays, vous devrez peut-être sortir du pays, afin d'obtenir un nouveau visa ou permis de travail. Avant d'accepter un nouveau poste, il est donc conseillé de communiquer avec l'ambassade du Canada ou un de ses consulats dans le pays d'accueil pour connaître les exigences qui s'appliquent dans ce cas.

Il est interdit de travailler dans un pays étranger sans détenir le visa nécessaire ou d'y séjourner au-delà de la période de validité du visa. Vous risquez alors une ou plusieurs sanctions (emprisonnement, amende ou déportation) en plus de perdre l'autorisation de retourner dans ce pays.

Certificat médical ou preuve de test de dépistage du VIH

Certains pays exigent des voyageurs un certificat médical ou la preuve qu'ils ont passé un test de dépistage du VIH, surtout pour les résidents à long terme et les étudiants. Là encore, renseignez-vous auprès de l'ambassade ou d'un consulat du pays pour obtenir les règlements en vigueur à cet égard. Assurez-vous d'obtenir les résultats du test **avant** votre départ.

La carte de séjour

Si vous prévoyez travailler à l'étranger pour une longue période, vous devrez peut-être vous procurer une carte de séjour. Cette carte donne à un non-ressortissant le droit de résider dans un pays étranger. L'ambassade ou un consulat du pays concerné pourra vous fournir plus de détails à ce sujet.

Le certificat d'inscription au registre des étrangers

Quand vous arriverez dans votre pays d'accueil, vous devrez peut-être vous procurer un certificat d'inscription au registre des étrangers. Vous devrez avoir ce certificat sur vous en tout temps comme preuve de votre identité et de votre statut et il vous faudra le rendre avant votre départ.

Le permis de conduire international

Adressez-vous au bureau de l'Association canadienne des automobilistes (CAA) le plus près de chez vous pour savoir comment obtenir un permis de conduire

international. Sachez cependant que, dans certains pays, les étrangers doivent se procurer un permis de conduire national après une certaine période. Renseignez-vous avant de partir ou au moment de votre arrivée. En outre, il est important de vous familiariser avec le code de la route et les règlements avant de prendre le volant dans un pays étranger. Ayez toujours votre police d'assurance automobile quand vous utilisez votre véhicule, au cas où vous auriez un accident.

Le logement

Si votre contrat prévoit que le logement vous est fourni, demandez à l'avance que l'on vous fasse parvenir une description détaillée ou des photos du logement que vous occuperez, un plan des lieux et une liste des meubles. Les adjectifs « occidental » et « meublé » n'ont pas le même sens partout. Renseignez-vous sur le quartier dans lequel est situé le logement et sur les transports en commun. Vérifiez si vous devrez partager le logis avec quelqu'un d'autre. En vous préparant ainsi avant de partir, il y a plus de chances que vous soyez satisfait à votre arrivée.

Si le logement n'est pas inclus dans le contrat, vous pourriez avoir du mal à trouver un logement convenable. Par exemple, si vous cherchez à vous installer dans une ville universitaire au mois de septembre, vous risquez de ne pas avoir beaucoup de choix. En outre, le coût du logement est très élevé dans certains pays. Il faut donc commencer

ses recherches à l'avance. Vous pouvez chercher de l'information dans Internet, consulter votre futur employeur, contacter des gens que vous connaissez dans la région où vous travaillerez et faire appel à votre réseau d'amis et de parents pour obtenir des conseils et des suggestions.

La double citoyenneté

Le fait de détenir une double nationalité ne signifie pas forcément que vous pouvez travailler dans les deux pays dont vous êtes citoyen. Il se peut que l'acquisition de la citoyenneté canadienne vous ait fait perdre, sans que vous le sachiez, la citoyenneté de l'autre pays. Pour obtenir des renseignements précis au sujet de votre statut, communiquez avec l'ambassade ou un consulat de ce pays accrédité auprès du gouvernement du Canada.

Si votre situation est en règle et si vous décidez de travailler dans l'autre pays, vous pourriez être soumis à certaines obligations. Par exemple, vous pourriez être assujéti au service militaire obligatoire ou bien ne plus avoir le droit de recevoir aide ni protection des agents consulaires du Canada. Pour de plus amples renseignements, consultez notre brochure *La double citoyenneté : ce que les voyageurs doivent savoir*.

Si vous avez des difficultés à cause de votre double nationalité, communiquez avec le bureau du gouvernement du Canada le plus proche.

Questions de santé

L'Agence de santé publique du Canada vous recommande vivement de vous adresser à une clinique santé-voyage ou votre médecin pour obtenir une **évaluation de risque personnel** dans les six à huit semaines précédant votre départ. En se fondant sur cette évaluation, le médecin pourra déterminer quels vaccins prescrire et quelles précautions spéciales vous devriez prendre à l'étranger pour éviter d'être malade.

Pour obtenir plus de renseignements et vous procurer une liste des cliniques santé-voyage près de chez vous, communiquez avec l'Agence de santé publique du Canada, en composant le **613-957-8739**, ou rendez-vous à www.santevoyage.gc.ca. Vous pouvez également obtenir cette liste en téléphonant à la Société canadienne de santé internationale, au **613-241-5785**, ou en vous rendant dans le site de la Société (www.csih.org).

La vaccination

Quelle que soit votre destination, vérifiez, **bien avant votre départ**, si vous avez besoin de vaccins particuliers ou d'un traitement préventif contre des maladies telles que la fièvre jaune, la fièvre typhoïde, la méningite, l'encéphalite japonaise, l'hépatite ou la malaria. Par exemple, un vaccin contre la méningite est exigé des pèlerins qui se rendent à la Mecque, en Arabie saoudite, à l'occasion du hajj annuel. Certains pays exigent un certificat

international de vaccination, attestant l'immunisation contre la fièvre jaune. Vous aurez sans doute besoin de recevoir vos vaccins et de prendre vos médicaments **six à huit semaines avant votre départ**.

Vérifiez par ailleurs que vos vaccins réguliers soient à jour — diphtérie, coqueluche, tétanos, polio, rougeole, oreillons et rubéole. Les autres vaccins requis pour voyager varieront selon votre âge, votre état de santé, la durée et le type de séjour à l'étranger.

Si vous partez avec un bébé ou de jeunes enfants, il pourrait être nécessaire d'apporter des changements à leur programme de vaccination et de prévoir un rapprochement des injections. Consultez votre pédiatre, votre médecin de famille ou votre clinique de médecine des voyages.

Le sida

À l'étranger, prenez exactement les mêmes précautions que chez vous. Sachez que les préservatifs ne seront pas forcément faciles à trouver et que, même si c'est le cas, ils pourraient ne pas être conformes aux normes de sécurité fixées par l'Organisation mondiale de la santé.

Dans certains pays, il est préférable d'éviter les hôpitaux et les cliniques dentaires, car les normes d'hygiène laissent à désirer. Pour des précisions sur un pays en particulier, consultez nos Conseils aux voyageurs.

N'oubliez pas que l'usage de drogues injectables par voie intraveineuse n'est pas seulement illicite, il est aussi extrêmement dangereux, surtout si vous partagez une seringue avec quelqu'un d'autre.

Les médicaments

Si vous prenez des médicaments, emportez-en une réserve ou faites des arrangements pour vous en procurer au cas où vous resteriez absent plus longtemps que prévu. Nous vous recommandons vivement de vous munir d'un double de votre ordonnance. Obtenez également de votre médecin une ordonnance supplémentaire, indiquant la marque générique et le nom commercial de votre médicament. Elle vous servira en cas de perte ou de vol. De même, si vous portez des lunettes ou des lentilles cornéennes, il serait bon d'emporter votre ordonnance afin de pouvoir les remplacer facilement en cas de besoin.

N'essayez pas de gagner de la place dans vos bagages en mettant tous vos médicaments dans le même contenant. Pour éviter tout problème, laissez-les dans leur emballage d'origine étiqueté.

Renseignez-vous pour savoir si les médicaments que vous prenez sont disponibles dans le pays où vous allez travailler et si leur vente est autorisée. Certains médicaments en vente libre au Canada sont interdits dans d'autres pays ou ne se vendent que sur ordonnance. Il est égale-

ment conseillé d'obtenir une note de votre médecin précisant les raisons médicales de votre ordonnance et la dose recommandée.

Si vous avez besoin de seringues pour une maladie telle que le diabète, il est très important d'en emporter une quantité suffisante. Vous devriez également emporter un certificat médical, attestant que ces seringues sont destinées à un usage médical.

Si vous avez une maladie susceptible de vous causer des ennuis pendant que vous êtes à l'étranger, vous devriez porter un bracelet **MedicAlert**[®]. Grâce à la **Fondation MedicAlert**[®], des renseignements essentiels sur votre état de santé sont contenus dans une base de données accessible 24 heures sur 24 partout dans le monde.

La grossesse

Si vous envisagez d'aller travailler à l'étranger durant une grossesse, parlez-en à votre médecin. Certains vaccins sont peut-être déconseillés. Vérifiez également si votre régime d'assurance maladie couvre les complications résultant d'une grossesse.

L'assurance maladie

Il est peu probable que votre assurance maladie canadienne vous couvre suffisamment à l'étranger. Vous devez donc vous procurer une assurance maladie appropriée avant de partir. Assurez-vous que vous en comprenez bien les conditions et que votre police couvre tous vos besoins et ceux des personnes à votre charge qui vous accom-

pagnent. Il n'y a rien de plus désagréable que de se retrouver seul et malade à l'étranger, sans savoir si l'on pourra régler des frais médicaux considérables. L'assurance maladie est l'un des meilleurs investissements que vous puissiez faire.

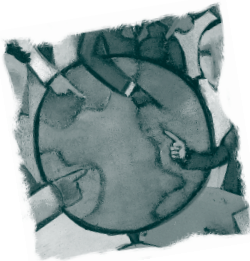
Vous pouvez vous procurer une assurance maladie dans les agences de voyage ou directement chez un assureur ou un courtier d'assurance dont vous trouverez les coordonnées dans les Pages jaunes^{MC}. Vous devrez tenir compte de plusieurs facteurs, qui varieront selon votre destination et vos besoins en matière d'assurance, notamment :

- Votre assureur exige-t-il que vous soyez encore assuré par le régime d'assurance maladie de votre province?
- Votre assurance vous donne-t-elle accès à une ligne téléphonique d'urgence de laquelle vous pourriez téléphoner de n'importe où dans le monde si vous êtes en difficulté? Vérifiez si cette ligne fonctionne 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, si les téléphonistes parlent plusieurs langues et si vous pouvez parler à des infirmiers ou à des médecins;
- Les frais d'hospitalisation et les frais médicaux connexes sont-ils réglés directement par la compagnie d'assurance ou devez-vous faire le paiement tout de suite et vous faire rembourser plus tard?
- La compagnie versera-t-elle à l'hôpital une avance de fonds en espèces si celui-ci l'exige?
- L'assurance couvre-t-elle le transport médical vers le lieu le plus proche où l'on offre les soins médicaux appropriés ou vers le Canada, avec le personnel médical d'accompagnement?
- Couvre-t-elle entièrement les frais d'accompagnement et d'assistance, ou devez-vous régler ces coûts?
- Votre police prend-t-elle en compte les maladies préexistantes? Si c'est ce cas, vous devez en aviser l'assureur et lui demander de certifier par écrit que vous êtes couvert. Sinon, votre demande de remboursement pourrait vous être renvoyée comme étant « nulle et non avenue ». Si l'assurance exclut les maladies préexistantes, évaluez soigneusement les coûts éventuels et l'accessibilité des services dont vous pourriez avoir besoin dans le pays où vous comptez vous rendre.
- Votre police couvre-t-elle les naissances prématurées et les soins néonataux connexes?
- Couvre-t-elle les coûts liés à un décès à l'étranger, y compris le rapatriement d'une dépouille au Canada?
- La police vous couvre-t-elle pendant une visite au Canada ou à l'occasion d'un autre voyage effectué pendant que vous travaillez à l'étranger? Comprend-t-elle des limites quant aux voyages de vacances ou devez-vous, au contraire, souscrire une protection supplémentaire?
- Lorsque vous reviendrez au Canada, la police sera-t-elle valide en attendant que le régime d'assurance maladie de votre province ne vous couvre de nouveau ou devez-vous acheter une autre assurance pour cette période?

POURQUOI L'ASSURANCE VOYAGE EST-ELLE NÉCESSAIRE?

VOICI 10 BONNES RAISONS POUR L'INCLURE DANS VOS PRÉPARATIFS :

- 1 L'assurance maladie constitue un des meilleurs investissements que vous puissiez faire. N'importe qui peut avoir un accident ou contracter une maladie; cela peut se produire n'importe où et n'importe quand. Il suffit d'un moment d'inattention ou d'un virus dangereux pour que vous ou votre famille deveniez endetté pour des années.
- 2 Certains hôpitaux n'accepteront pas de vous soigner si vous n'avez pas d'assurance ou si vous ne pouvez pas payer d'avance, peu importe votre état.
- 3 Ne tenez pas pour acquis que votre régime provincial d'assurance maladie vous protégera lorsque vous travaillerez à l'étranger, même pour de courtes périodes. Ce régime ne couvrira qu'une partie des dépenses.



4 Après que vous aurez vécu un certain temps à l'extérieur du Canada, votre régime provincial pourrait cesser de vous couvrir.

5 À quelques exceptions près, à votre retour au Canada, il y aura une période d'attente pouvant aller jusqu'à trois mois avant que le régime de votre province ne vous prenne de nouveau en charge.

6 Une assurance voyage multirisques peut vous aider à quitter un pays, sans frais supplémentaires, advenant une urgence médicale majeure dépassant les capacités des services de santé locaux.

7 Si vous vous rendez dans un pays où une guerre ou des troubles risquent d'éclater, il vous faudra probablement une assurance multirisques.

La plupart des voyages à l'étranger se déroulent sans anicroches. Malheureusement, personne n'est à l'abri d'un accident ou d'une maladie.



Pour vous éviter bien des ennuis, n'oubliez donc pas un des éléments essentiels d'un voyage réussi : l'assurance voyage.

8 Si vous décidez de prolonger un voyage d'affaires pour prendre des vacances, vous aurez peut-être besoin d'une protection supplémentaire en plus de celle fournie par votre employeur.

9 Bien des gens profitent d'un séjour à l'étranger pour tenter de nouvelles expériences. Si vous avez l'intention de pratiquer des activités risquées (plongée sous-marine, parachutisme, alpinisme, randonnée pédestre, ski alpin, etc.), vérifiez d'abord les dispositions de votre couverture.

10 Ne présumez pas que votre assurance automobile canadienne ou la couverture à laquelle vous avez souscrit lorsque vous avez loué un véhicule vous fournira une protection suffisante dans le cas d'un accident ou d'un vol. La plupart des garanties habituelles au Canada ne sont pas offertes à l'étranger. Vérifiez bien l'étendue de la couverture avant de prendre le volant.

Les assureurs peuvent vous épargner bien des soucis si vous travaillez dans un autre pays. La protection qu'ils vous offrent contribuera pour beaucoup à faire de votre séjour à l'étranger une expérience agréable dont vous pourrez profiter en toute sécurité.



Gardez-vous des formulaires de demande d'indemnité à portée de la main. Ayez toujours avec vous une copie de votre police d'assurance ainsi que les numéros de téléphone du centre de service à la clientèle. Confiez également ces renseignements à un ami ou à un membre de votre famille au Canada et à un collègue ou à un ami dans le pays où vous travaillerez.

Pour tout traitement médical dont vous aurez réglé les frais vous-même, demandez une **facture détaillée** au médecin ou à l'hôpital. La plupart des compagnies d'assurance n'acceptent pas les copies ou les télécopies. Cependant, gardez une copie des documents que vous avez présentés à la compagnie pour vos dossiers.

Quand vous arriverez dans le pays où vous allez travailler, n'attendez pas une urgence pour trouver un hôpital ou une clinique de bonne réputation près de chez vous. Il pourrait bien être trop tard! Les bureaux du gouvernement du Canada peuvent vous renseigner sur les cliniques et les hôpitaux de l'endroit (les adresses de ces bureaux figurent dans la brochure *Bon voyage, mais...*).

Autres assurances

Vous projetez de conduire à l'étranger? Sachez que presque tous les pays ont des lois obligeant les conducteurs à être assurés convenablement. Par ailleurs, une assurance personnelle est tout aussi importante. Certaines compagnies d'assurance canadiennes peuvent vous assurer où que

vous alliez dans le monde. Essayez, si possible, d'acheter votre assurance auprès d'une de ces compagnies, car leurs méthodes vous seront plus familières.

Votre employeur s'occupera peut-être de votre assurance maladie et d'autres types d'assurance. Toutefois, plutôt que de compter sur cette éventualité, renseignez-vous auprès du service des ressources humaines de l'entreprise pour connaître votre situation à cet égard et la couverture fournie. Si vous n'êtes pas entièrement couvert, faites les démarches nécessaires pour rectifier la situation. En outre, si vous partez avec un conjoint, un partenaire ou des enfants, vérifiez s'ils sont couverts par votre assurance.

Règlements visant les animaux domestiques

Si vous projetez d'emporter votre animal de compagnie dans un autre pays, communiquez avec l'ambassade ou un consulat de ce pays accrédité auprès du gouvernement du Canada assez longtemps avant votre départ pour connaître ses exigences à cet égard. Votre animal devra, au minimum, avoir un certificat de santé détaillé et vous pourriez devoir présenter un permis d'importation. De plus, il devra peut-être rester en quarantaine pendant une certaine période avant d'entrer ou à son arrivée dans le pays. À votre retour, vous devrez remplir des formalités similaires et présenter un certificat attestant que votre chat ou chien est vacciné contre la rage. Pour de plus amples renseignements sur les chats et

les chiens ou sur d'autres animaux de compagnie (pour lesquels il est souvent nécessaire de détenir un permis d'importation en vue de les ramener au Canada), communiquez avec l'Agence canadienne d'inspection des aliments.

Questions pratiques et d'ordre financier

L'argent

Avant de partir, constituez-vous un fonds qui vous permettra de vous installer confortablement à l'étranger. Il est vrai que certaines sociétés offrent à leurs employés une indemnité de déménagement, mais vous devrez peut-être attendre plusieurs semaines avant de toucher votre premier chèque de paie. Demandez conseil auprès d'une banque ou d'un agent de change pour savoir quelle est la devise la plus appropriée à emporter. Les dollars canadiens et les chèques de voyage en dollars canadiens ne sont pas acceptés partout. Souvent, les chèques de voyage en dollars américains constituent l'option la plus sûre et la plus pratique.

Sachez aussi que votre carte de guichet ou vos cartes de crédit ne sont pas forcément utilisables dans le pays où vous allez travailler. Renseignez-vous auprès de votre banque sur les services de guichet automatique bancaire offerts dans d'autres pays. Vous pouvez également consulter le site Web de VISA (<http://www.visa.ca/fr/gab/index.html>) et celui de Mastercard (www.mastercard.com/canada_fr/atm) pour obtenir des adresses de guichets automa-

tiques partout dans le monde. Par ailleurs, votre banque peut vous indiquer si vous avez besoin d'un nouveau numéro d'identification personnel (NIP) pour avoir accès à votre compte lorsque vous êtes à l'étranger.

Si les cartes de crédit sont acceptées dans le pays de destination, emportez-en au moins une. Même si vous ne comptez pas l'utiliser, elle vous procurera une certaine tranquillité d'esprit. Gardez-la dans un endroit sûr pour vous en servir en cas d'urgence ou pour des dépenses imprévues.

Avant de quitter le Canada, réglez toutes vos obligations financières ou prenez des dispositions pour le faire pendant que vous serez à l'étranger. Vous pouvez par exemple vous acquitter de certaines dettes ou obligations courantes en demandant à votre banque d'effectuer des versements automatiques à partir de votre compte.

Services bancaires en ligne

La plupart des banques seront en mesure de vous offrir plusieurs services pour vous aider à gérer vos finances depuis un pays étranger. Grâce aux services bancaires en ligne et par téléphone, certaines banques vous donnent accès à vos comptes 24 heures par jour, 7 jours par semaine, où que vous soyez dans le monde. Vous pouvez vérifier le solde de vos comptes, régler vos factures et effectuer des virements de fonds selon vos besoins. Si vous n'êtes pas familier avec les transactions bancaires en ligne, avant votre départ, demandez à un employé de votre institution

financière de vous montrer comment vous y prendre. Si vous n'avez pas accès à un ordinateur pendant votre séjour à l'étranger, de nombreux sites Web (notamment www.abm.fr/pratique/cybercafe2.html) peuvent vous aider à trouver des cybercafés dans le monde entier. Après avoir effectué votre transaction, n'oubliez surtout pas d'effacer toute trace de vos messages.

Les impôts

Si vous résidez à l'étranger tout en gardant des liens de résidence au Canada, vous êtes considéré comme un résident de fait aux fins de l'impôt. Toutefois, d'autres facteurs peuvent entrer en jeu, et vous devriez vous renseigner auprès de l'Agence du revenu du Canada (ARC) avant votre départ afin d'éviter toute surprise désagréable. La brochure n° T4131 de l'ARC intitulée *Résidents canadiens qui séjournent à l'étranger* renferme des renseignements très utiles.

Le Bureau international des services fiscaux de l'ARC traite les déclarations d'impôt des non-résidents et des résidents réputés, notamment les Canadiens qui travaillent à l'étranger. Le Bureau offre aussi de l'aide au téléphone, par courrier et au guichet et s'occupe de tous les comptes de retenue des non-résidents.

Vous voudrez peut-être consulter un conseiller en planification financière, qui pourra vous guider pour ce qui est des cotisations

à un régime enregistré d'épargne retraite et au Régime de pensions du Canada pendant un séjour à l'étranger.

Le testament

Vous auriez intérêt à faire un testament avant de partir. Advenant le pire, cela permettra d'éviter certaines complications associées à un décès à l'étranger. Si vous prévoyez de vivre dans un autre pays pour une longue période, vous pourriez envisager de faire deux testaments, un pour le Canada et un second pour l'autre pays, étant donné que les lois diffèrent dans les deux pays.

Le courrier

Il est important de vous organiser pour faire suivre votre courrier. Avant de partir, remplissez un avis de changement d'adresse de Postes Canada et communiquez votre nouvelle adresse à tous vos contacts, y compris les institutions financières, vos parents et vos amis. Si vous prévoyez faire usage d'un service de courrier électronique, assurez-vous d'avoir toutes les adresses nécessaires avant de partir. Vous pouvez vous envoyer à vous-même un message électronique contenant des renseignements importants, comme des adresses postales et électroniques, des numéros de téléphone, les numéros de confirmation de vos réservations d'hôtel, les numéros d'identification de vos chèques de voyage, etc. Vous pourrez ainsi récupérer cette information à n'importe quel endroit où vous avez accès à Internet.

Déménager ses affaires personnelles

Le déménagement de vos biens et articles ménagers dans un pays étranger risque de coûter cher. Choisissez ce dont vous aurez besoin et n'envoyez que les articles que vous ne pourrez pas vous procurer sur place. N'oubliez pas que vous pourriez avoir besoin d'adaptateurs pour vos appareils électriques. Demandez à votre employeur s'il peut payer en tout ou en partie votre déménagement ou encore vous fournir les articles de première nécessité à votre arrivée. Faites l'inventaire des articles ménagers qui ont été entreposés et expédiés.

Renseignez-vous aussi pour savoir ce que vous êtes autorisé à importer. La plupart des pays exercent un contrôle strict sur les marchandises importées.

Éviter les difficultés aux douanes

Avant de partir pour l'étranger avec des objets de valeur, vous pouvez vous prévaloir du service d'identification offert gratuitement dans tous les bureaux des douanes canadiennes. Ce service vise les articles qui portent un numéro de série ou d'autres marques particulières. Ou encore, dans certains cas, les agents de douane peuvent aussi apposer une étiquette sur un article pour lui attribuer un numéro de série.

Les bijoux ont souvent une valeur élevée tout en étant difficiles à identifier. Afin de faciliter leur réimportation, communiquez

avec le bureau des douanes le plus près de chez vous, qui vous renseignera sur les mesures à prendre pour identifier ces bijoux avant de quitter le Canada.

Questions et préoccupations personnelles

Les personnes handicapées

Nombre de pays n'offrent pas d'installations d'accès aux personnes en fauteuil roulant ou n'ont aucun service prévu pour répondre aux besoins spéciaux des malentendants, des malvoyants et des personnes handicapées physiquement. Pour en savoir plus à ce sujet, consultez la section Foire aux questions de notre site Web, le site Web de l'Office des transports du Canada ou parlez-en à des personnes qui ont vécu dans le pays où vous comptez travailler.

Les personnes handicapées qui détiennent un permis de stationnement valide au Canada peuvent l'utiliser dans n'importe lequel des 48 pays membres ou membres associés de la Conférence européenne des ministres des transports (CEMT). Assurez-vous de vérifier sur place auprès des autorités locales à quoi votre permis vous donne droit. Pour de plus amples renseignements, consultez le site Web de la CEMT ou celui de Transports Canada.

Les femmes qui travaillent à l'étranger

Une femme qui projette de travailler à l'étranger devrait se renseigner en fond sur la culture et les coutumes du pays

d'accueil, et en particulier sur la place des femmes dans la société. En sachant à quoi vous attendre, il sera plus facile de vous préparer.

Malheureusement, les femmes peuvent être victimes d'agressions sexuelles dans tous les pays. Si cela vous arrive pendant votre séjour à l'étranger, vous devez immédiatement demander l'aide des autorités médicales et policières les plus proches. Les représentants consulaires canadiens peuvent prendre les mesures suivantes :

- vous aider à signaler le crime à la police;
- vous fournir du soutien pour composer avec les conséquences psychologiques, sociales, médicales et juridiques de l'agression;
- vous aider à communiquer avec vos parents et amis;
- communiquer avec des services de counseling sur place, s'il y en a, ou au Canada;
- vous fournir une aide financière d'urgence;
- vous aider à trouver un endroit où habiter, à organiser votre retour au Canada par avion et voir à ce que vous soyez en sécurité;
- veiller à ce qu'une enquête en bonne et due forme soit menée et à ce que des accusations soient portées si l'agresseur est identifié.

Vous trouverez des conseils pratiques qui s'adressent spécialement aux femmes qui voyagent à l'étranger dans notre publication

intitulée *Voyager au féminin : conseils pour la voyageuse vigilante et accomplie*.

Déménager à l'étranger, avec des enfants

Les autorités de l'immigration de la plupart des pays, notamment celles du Canada, sont vigilantes en ce qui concerne les documents des enfants qui franchissent des frontières internationales. À moins que l'enfant ne soit en possession d'un passeport canadien valide ou qu'il ne soit accompagné de ses deux parents naturels, il lui faut des documents précis en plus d'une preuve de citoyenneté.

Si l'enfant voyage en compagnie d'un seul de ses parents, il faudra présenter aux agents d'immigration une lettre de consentement certifiée de l'autre parent, plus une copie du décret de divorce ou de séparation, s'il y a lieu. La lettre de consentement est obligatoire, même si la garde de l'enfant est confiée au parent qui l'accompagne.

Si vos enfants sont d'âge scolaire, leurs études constitueront probablement le point le plus important que vous aurez à régler. Il est important de leur trouver une école qui leur convienne avant de quitter le Canada. Apportez des copies des bulletins de notes de vos enfants au cas où vous en auriez besoin. Pour aider les membres de votre famille à se préparer au déménagement, ayez une discussion ouverte où chacun aura l'occasion d'exprimer ses sentiments et ses préoccupations à ce sujet.

Le livre intitulé *Culture Shock! A Parent's Guide* pourra vous être utile à cet égard (voir la section Sources d'information). Il renferme des conseils pratiques sur la vie à l'étranger avec des enfants, et les choses à faire et à ne pas faire.

Soyez conscient du fait qu'un tel changement peut susciter des tensions au sein de votre famille. Si vous déménagez à l'étranger avec votre enfant et si la garde de l'enfant risque de susciter un conflit pendant votre absence, parlez-en à un avocat avant votre départ. Notre brochure *Enlèvements internationaux d'enfants : guide à l'intention des parents* pourrait vous être utile.

L'apprentissage de la langue

Si vous parlez couramment le français, l'anglais ou les deux, vous possédez une bonne base pour travailler et communiquer efficacement dans de nombreuses régions du monde. Mais si vous allez travailler dans un pays où l'on parle une autre langue, vous risquez d'avoir des difficultés à communiquer. Si vous projetez d'apprendre la langue de votre pays d'accueil, vous pourriez commencer avant de partir, en écoutant des cassettes enregistrées ou en vous inscrivant à un cours.

Le choc culturel

Bien des gens qui travaillent à l'étranger subissent une période d'ajustement culturel que l'on appelle communément le « choc culturel ». Son intensité varie d'une personne à l'autre, mais il touche la plupart des gens.

Pendant la première phase du voyage, souvent appelée la lune de miel, toutes les rencontres faites dans le nouveau milieu sont perçues comme étant stimulantes et positives. Dans un deuxième temps, ce qu'on appelle parfois « passage à vide », les étrangers éprouvent un sentiment de déracinement et de malaise général. Les symptômes comprennent notamment :

- de la colère, de la frustration, de l'irritabilité et une perte du sens de l'humour;
- l'isolement : certaines personnes passent beaucoup de temps seules ou encore ne fréquentent que des Canadiens ou d'autres étrangers, évitant tout contact avec la population locale;
- des sentiments négatifs à l'endroit des habitants et de la culture du pays d'accueil;
- une consommation obsessionnelle de nourriture et de boisson ou un besoin excessif de dormir;
- de l'ennui, de la fatigue et une incapacité de se concentrer ou de travailler efficacement.

Dans un troisième et dernier temps, les étrangers commencent à accepter leur nouveau milieu et font un compromis entre la lune de miel et l'étape du choc culturel. Pour mieux affronter le choc culturel, apprenez à en reconnaître les symptômes. Vous serez ainsi en mesure de réagir rapidement et efficacement pour en surmonter les effets.

ATTÉNUER LE CHOC CULTUREL

Le meilleur moyen de lutter contre les diverses manifestations du choc culturel consiste probablement à faire un effort conscient pour s'adapter à la culture. Voici quelques suggestions qui vous aideront à vous sentir plus à l'aise dans votre nouveau milieu de vie :

✓ Participez à certaines activités culturelles.

Initiez-vous à un art, à la musique locale, à un sport ou encore à un art martial. Le fait d'y mettre du cœur vous rendra la vie plus intéressante.



✓ Faites-vous des amis et créez des liens. Faites un effort pour rencontrer des gens. Cela vous aidera à surmonter les différences culturelles et à connaître le pays et ses habitants. De plus, en

établissant des rapports avec des gens de la région, vous vous familiariserez avec les us et coutumes de cette culture.

✓ Prenez le temps d'apprendre la langue.

Les choses sont toujours plus faciles lorsque l'on comprend autant que possible ce que disent les gens. Ceux-ci apprécieront l'effort que vous faites pour communiquer avec eux dans leur langue, même si vous ne connaissez que quelques phrases simples, et cela vous facilitera la vie. Procurez-vous un petit carnet dans lequel vous noterez les nouvelles expressions que vous rencontrerez chaque jour.

✓ Prenez soin de vous. Mangez bien, faites de l'exercice et dormez suffisamment. N'abusez pas de l'alcool.

✓ Promenez-vous. Mettez-vous dans la peau d'un touriste et découvrez les beautés du pays.

✓ Restez en contact avec votre famille et vos amis au Canada. Écrivez-leur et parlez-leur de vos expériences et de vos problèmes. Cela vous aidera à y voir clair. Vous pourriez aussi tenir un journal où vous conserverez vos idées et vos impressions.

✓ Faites quelque chose qui vous rappelle « la maison ». C'est un excellent remède contre le mal du pays : n'oubliez donc pas d'emporter dans vos bagages des enregistrements de votre musique préférée ou ce qu'il faut pour vous adonner à votre passe-temps favori.

✓ Évitez d'idéaliser la vie au Canada. Tâchez de profiter au maximum de votre séjour et soyez ouvert d'esprit.

Il faut aussi savoir, que vous vivrez peut-être un choc culturel inverse à votre retour. Soyez prêt à vivre une période de réadaptation. Pour en savoir plus au sujet du choc culturel et des moyens de le surmonter, voir la page « Atténuer le choc culturel » et la rubrique Autres lectures recommandées à la section Sources d'information.

Préparer son retour avant de partir

Avant de quitter le Canada, il serait bon d'examiner comment votre expérience à l'étranger s'intégrera dans votre carrière et dans vos objectifs personnels. Ne perdez pas de vue qu'après avoir vécu un certain temps à l'étranger, le retour au pays peut se révéler difficile et éprouvant. C'est une période qui peut être très pénible pour certaines personnes et qui entraîne parfois la dépression.

Préparez donc, dans la mesure du possible, votre retour avant même de partir. Par exemple, si vous avez déjà un emploi au Canada, renseignez-vous sur la possibilité de prendre un congé sans solde. Si vous planifiez de reprendre vos études au collège ou à l'université, emportez avec vous tout formulaire nécessaire ou demandez à ce qu'on vous le envoie à l'étranger afin de ne pas manquer la date limite d'inscription. En entretenant votre réseau de parents et d'amis au Canada pendant votre absence, vous faciliterez beaucoup votre retour. Il vous semble peut-être superflu de penser au retour avant même d'être parti, pourtant un peu de prévoyance peut grandement vous aider à franchir cette étape.

TRAVAILLER À L'ÉTRANGER

L'inscription auprès d'un bureau du gouvernement du Canada à l'étranger

Nous vous conseillons de vous inscrire au bureau du gouvernement canadien le plus proche de l'endroit où vous séjournerez à l'étranger. Ainsi, nous pourrons vous joindre en cas d'urgence. L'inscription est facultative et les renseignements fournis sont protégés et utilisés conformément aux dispositions de la *Loi sur la protection des renseignements personnels*. Vous pouvez également vous inscrire en ligne (www.voyage.gc.ca/main/sos/rocapage-fr.asp).

Dans les pays où le Canada n'a pas de représentant direct, il existe peut-être des ententes vous permettant de vous inscrire auprès de l'ambassade ou d'un consulat d'un autre pays. Par exemple, le Canada a conclu un accord officiel de réciprocité avec l'Australie.

L'assistance consulaire

Les bureaux du gouvernement canadien à l'étranger sont prêts à vous aider en cas d'urgence. Dans certains cas, il se peut que vous deviez payer pour les services fournis.

Le personnel consulaire peut :

- joindre, à votre demande, votre famille ou vos amis pour leur demander de vous envoyer des fonds d'urgence;

- vous aider dans des situations critiques telles que les catastrophes naturelles et les soulèvements civils ou militaires;
- vous indiquer des sources de renseignements sur les lois, les règlements et la culture de votre pays d'accueil ou bien sur les visas;
- vous aider en cas d'urgence médicale;
- vous délivrer un nouveau passeport (moyennant certains frais). À noter cependant que certains bureaux ne sont pas autorisés à délivrer des passeports réguliers;
- advenant votre arrestation, essayer de faire en sorte que l'on vous traite avec équité, selon les lois du pays. Si vous le désirez, le bureau informera votre famille ou vos amis de votre arrestation et fera son possible pour voir à ce que vous bénéficiiez des droits et des procédures judiciaires conformes aux normes du pays d'accueil. Toutefois, si vous êtes accusé d'une infraction, il lui est impossible de contourner la loi ou d'intervenir dans le processus judiciaire. Il ne peut pas non plus verser un cautionnement, ni régler des honoraires d'avocat ou payer des amendes;
- avec votre permission, avvertir votre parent le plus proche d'un accident ou d'un décès et lui faire savoir s'il peut vous aider et comment.

Les services consulaires d'urgence

Les bureaux du gouvernement du Canada à l'étranger offrent une assistance consulaire 24 heures sur 24. Si vous téléphonez en dehors des heures de bureau, votre appel

sera automatiquement transféré à un agent consulaire à Ottawa ou vous pourrez laisser un message pour que l'on vous rappelle. Dans les deux cas, vous obtiendrez une réponse rapide. Si vous laissez un message téléphonique, soyez clair et donnez un numéro de téléphone ou une adresse complète pour que l'on puisse vous joindre. Vous pouvez aussi appeler Affaires étrangères et Commerce international Canada à Ottawa, à frais virés, en composant le **613-996-8885**.

Voter

Les citoyens canadiens peuvent, à certaines conditions, voter aux élections fédérales alors qu'ils résident temporairement ou voyagent à l'étranger. Pour voter par la poste, vous devez d'abord vous inscrire en faisant parvenir à Élections Canada le formulaire intitulé « Demande d'inscription et de bulletin de vote spécial ». Vous trouverez de l'information sur les procédures d'inscription et de vote par bulletin spécial dans le site Web d'Élections Canada. En période d'élection, tous les électeurs inscrits recevront une trousse de vote et des instructions. Pour en savoir plus à ce sujet, vous pouvez communiquer avec Élections Canada.

Ouvrir un compte

Dans le pays d'accueil, vous voudrez peut-être ouvrir un compte bancaire alimenté par votre compte au Canada. Vous devrez pour cela vous rendre dans une banque de change, muni de votre passeport, de votre certificat d'inscription au registre des étrangers (la carte verte) et de l'informa-

tion relative à vos comptes au Canada (le numéro d'identification de la succursale et les numéros de vos comptes). Un employé qui parle le français ou l'anglais sera probablement en mesure de vous aider. Comme cette formalité est complexe et qu'elle prend souvent beaucoup de temps, assurez-vous d'avoir une autre source de revenus pour le début de votre séjour. Conservez tous les documents concernant des transferts d'argent, car ils vous seront peut-être demandés aux fins de l'impôt dans le pays d'accueil.

Par ailleurs, il est important de savoir combien d'argent vous serez autorisé à envoyer chez vous. La somme qu'il vous sera permis d'emporter avec vous ou de transférer au Canada fait peut-être l'objet de règlements stricts du pays d'accueil. Gardez tous vos reçus et rapports de transactions.

Pour éviter d'enfreindre les lois du pays, il est conseillé d'échanger de l'argent uniquement auprès d'agents agréés.

Établir un budget

Une fois à l'étranger, il pourrait être difficile d'évaluer combien d'argent vous pouvez dépenser, compte tenu de vos nouveaux besoins et de votre connaissance limitée de la monnaie et des prix locaux. Si vous dépensez trop et que vous vous retrouvez à court d'argent, vous pourriez attendre longtemps avant que vos amis ou des membres de votre famille au Canada puissent vous aider. Il importe donc de planifier votre budget en conséquence.

Acheter une voiture

Avant d'acheter une voiture, vérifiez auprès de l'Agence des services frontaliers du Canada (ASFC) si vous avez le droit d'importer la voiture au moment de votre retour. Pour plus de détails à ce sujet, consultez la brochure de l'ASFC intitulée *L'importation d'un véhicule au Canada* ou le site Web de l'ASFC (www.asfc-cbsa.gc.ca/), ou communiquez avec l'Agence.

Se marier ou divorcer

Les formalités entourant le mariage et le divorce peuvent être plus compliquées à l'étranger qu'au Canada. Si vous décidez de vous marier pendant votre séjour à l'étranger, assurez-vous de bien connaître les exigences et les lois du pays à cet égard. Bien que le mariage de conjoints de même sexe soit légal au Canada, il n'est pas reconnu dans de nombreux pays. Dans certains pays, l'homosexualité constitue même une infraction criminelle. Pour en savoir plus, consultez les Conseils aux voyageurs et notre site Web (www.voyage.gc.ca/main/before/faq/mariage-fr.asp). Vous trouverez aussi de l'information à ce sujet dans le site Web d'Amnistie internationale.

Si votre futur conjoint n'est pas Canadien, renseignez-vous pour savoir s'il pourra rentrer avec vous au Canada, soit à titre permanent, soit à titre provisoire. Le bureau du gouvernement du Canada le plus proche pourra vous renseigner à ce sujet.

Un divorce ou une séparation risque aussi d'être plus compliqué dans un pays

étranger qu'au Canada. Les règlements concernant la séparation des biens et la garde des enfants ne seront pas les mêmes non plus. Si votre conjoint est citoyen du pays d'accueil, il risque d'avoir plus de droits que vous en tant qu'étranger. Veillez avant tout à bien comprendre les lois et les procédures locales. Déterminez également si ce que vous prévoyez faire dans ce pays sera reconnu par la loi au Canada. Ne faites rien sans prendre au préalable conseil auprès d'un avocat.

La naissance d'un enfant

Si votre enfant vient au monde pendant votre séjour à l'étranger, vous devriez communiquer avec l'ambassade du Canada ou un de ses consulats dans le pays d'accueil pour savoir comment obtenir une carte de citoyenneté et un passeport du Canada pour le bébé. Entrez ces démarches le plus tôt possible, car elles pourraient prendre beaucoup de temps.

Les lois et les coutumes du pays d'accueil

Le fait d'ignorer les coutumes ou les lois du pays d'accueil peut donner lieu à des situations difficiles ou à des confrontations désagréables. Évitez cet écueil en vous renseignant à l'avance sur les comportements indiqués et sur ceux qui risquent d'offenser les habitants.

Des milliers de Canadiens sont actuellement incarcérés à l'étranger pour diverses infractions. N'oubliez pas que quand vous

êtes dans un pays étranger, vous devez obéir à ses lois et règlements. En cas de problème, vous ne pourrez pas plaider l'ignorance et votre citoyenneté canadienne ne vous confèrera aucune immunité.

Si vous êtes arrêté ou emprisonné, vous pouvez demander à l'agent qui vous a arrêté d'en informer le bureau du gouvernement du Canada le plus proche. Vous aurez besoin d'un avocat et un agent consulaire pourra vous en conseiller un qui parle le français. Sachez cependant que ce que vous direz entre-temps pourra être utilisé contre vous. Évitez donc toute déclaration en l'absence de votre avocat et ne signez aucun document rédigé dans une langue que vous ne comprenez pas sans sa permission.

Drogues et médicaments

La plupart des pays punissent sévèrement la possession de drogues illicites, ne serait-ce qu'en quantité minime. Même les médicaments prescrits et les seringues font l'objet d'une surveillance très étroite et devraient donc être accompagnés de documents médicaux justifiant leur usage. Comme nous l'avons mentionné précédemment, gardez tous vos médicaments dans leurs emballages d'origine et emportez vos ordonnances.

Choisissez avec soin vos compagnons de voyage, n'embarquez pas d'auto-stoppeur et ne franchissez jamais de frontière avec un colis qui ne vous appartient pas.

Pour en savoir plus, consultez la section La drogue et les médicaments de notre site Web (www.voyage.gc.ca/main/drugs_menu-fr.asp) et notre brochure *La drogue et les voyages : un cocktail explosif*.

REVENIR AU CANADA

La taxe de départ

Certains pays imposent une taxe sur le transport aérien ou des frais de service à l'aéroport ou au point de départ. Avant de repartir, mettez de côté assez d'argent, dans la devise du pays, pour la payer.

S'acquitter de ses obligations

Vous aurez tout intérêt à vous acquitter de toutes vos obligations avant de quitter le pays d'accueil. Assurez-vous notamment d'avoir payé toutes vos factures ou d'avoir pris des dispositions pour qu'elles soient réglées après votre départ. Il peut aussi être indiqué, le cas échéant, de demander à vos domestiques ou à vos employés de vous remettre une lettre attestant que vous êtes libre de toute obligation à leur égard. De plus, il vous faudra être en règle avec le fisc et avoir réglé tous les impôts et taxes avant de partir.

Rapporter ses affaires personnelles

À votre retour au Canada, vous devrez présenter des pièces d'identité appropriées. De plus, selon la durée de votre séjour à l'étranger, vous serez assujéti à des dispositions spéciales en ce qui concerne l'importation de vos effets personnels

et de vos articles ménagers. Il vous faudra fournir les reçus pour les biens achetés à l'étranger ou une liste des biens que vous importez. Les douanes appliquent des règlements au nom de différents ministères fédéraux. Pour plus de renseignements à ce sujet, consultez la brochure de l'ASFC intitulée *Vous revenez vivre au Canada?* ou communiquez avec l'Agence.

Déclaration d'espèces et d'instruments monétaires

Le gouvernement canadien a adopté la *Loi sur le recyclage des produits de la criminalité et le financement des activités terroristes*. Selon cette nouvelle loi, il n'y a pas de restrictions quant aux sommes d'argent que vous pouvez faire entrer au Canada ou emporter à l'étranger et il n'est pas illégal de transférer ainsi de l'argent. Cependant, vous devez désormais déclarer à un agent des douanes les sommes égales ou supérieures à 10 000 \$CAN. Pour de plus amples renseignements, consultez la brochure de l'ASFC intitulée *Vous passez la frontière avec 10 000 \$ ou plus?*

Souvenirs illégaux

Avant d'acheter un animal, une plante ou un produit dérivé d'animaux ou de plantes, assurez-vous de connaître les lois et règlements en vigueur. Il existe plus de 30 000 espèces d'animaux et de plantes sauvages réglementées en vertu de la Convention sur le commerce international des espèces de faune et de flore sauvages menacées d'extinction (CITES). Une infraction à la Convention pourrait entraîner la

saisie de votre achat, à laquelle peut s'ajouter une amende ou une peine de prison, ou les deux. Pour plus de détails à ce sujet, communiquez avec Environnement Canada.

Sachez également qu'il est défendu de rapporter au Canada des biens culturels dont la vente ou l'exportation est interdite ou contrôlée par leur pays d'origine. Les contrevenants s'exposent à de lourdes peines et l'article peut être confisqué et retourné dans le pays d'où il provient. Pour en savoir plus à ce sujet, communiquez avec le ministère du Patrimoine canadien ou avec l'ambassade du pays où vous comptez vous rendre.

Numéro d'assurance sociale et régime provincial d'assurance maladie

Si vous avez travaillé longtemps à l'étranger, votre numéro d'assurance sociale (NAS) pourrait être « désactivé ». Pour le faire réactiver à votre retour, vous devez vous identifier avec précision. Pour de plus amples renseignements à ce sujet, consultez le site de Service Canada (www.servicecanada.gc.ca/fr/sc/nas/index.shtml) ou appelez au **1-800-206-7218**.

N'oubliez pas qu'à votre retour, il pourrait y avoir une période d'attente avant que l'assurance maladie provinciale ne vous couvre de nouveau. Pour vous réinscrire, vous devez communiquer avec le ministère de la Santé de votre province ou territoire et attendre que la période d'attente soit écoulée. Il est donc conseillé de faire ces

démarches dès votre arrivée. La page http://canada.gc.ca/othergov/prov_f.html renferme des liens menant aux sites officiels des provinces et territoires canadiens.

Votre santé

Si vous êtes souffrant ou que vous tombez malade à votre retour, consultez immédiatement un médecin. Dites-lui que vous avez habité à l'étranger et dans quel pays. De même, si vous avez été malade pendant votre séjour à l'étranger, consultez votre médecin en revenant et expliquez-lui les problèmes que vous avez eus et tout traitement que vous avez reçu.

SOURCES D'INFORMATION

Affaires étrangères et Commerce international Canada Direction générale des affaires consulaires

www.voyage.gc.ca

Renseignements généraux :

Tél. : 1-800-267-6788 (au Canada et aux États-Unis) ou 613-944-6788

Courriel : voyage@international.gc.ca

ATS : 1-800-394-3472 (au Canada et aux États-Unis) ou 613-944-1310

Urgences :

Tél. : 613-996-8885 (appels à frais virés de l'étranger)

Courriel : sos@international.gc.ca

Autres brochures (gratuites) :

Vous pouvez consulter nos brochures sur la sécurité en voyage à l'adresse www.voyage.gc.ca ou les commander en composant le 1-800-267-8376 (au Canada) ou le 613-944-4000.

Conseils aux voyageurs (gratuits)

Les Conseils aux voyageurs (www.voyage.gc.ca) fournissent des renseignements sur les questions de sécurité et de santé ainsi que sur les exigences en matière d'entrée pour plus de 200 destinations de voyage. Vous pouvez également obtenir cette informa-

tion par téléphone : 1-800-267-6788 (au Canada et aux États-Unis) ou 613-944-6788.

Bureaux diplomatiques

Liste des bureaux du gouvernement du Canada à l'étranger : www.voyage.gc.ca/alt/bureauxcan.asp.

Agence canadienne d'inspection des aliments

www.inspection.gc.ca

Tél. : 1-800-442-2342

Centres de service à l'importation (CSI) :

CSI de l'Est 1-877-493-0468

CSI du Centre 1-800-835-4486

CSI de l'Ouest 1-888-732-6222

Agence des services frontaliers du Canada (ASFC)

www.asfc.gc.ca

Système d'information automatisé des douanes

Tél. : 1-800-959-2036 (au Canada) ou 204-983-3700 ou 506-636-5067

Publications (gratuites)

- *Importation d'une arme à feu ou d'une arme au Canada*
- *Je déclare*
- *L'importation d'un véhicule au Canada*
- *Vous passez la frontière avec 10 000 \$ ou plus?*
- *Vous revenez vivre au Canada?*

Pour commander :

Composez le 1-800-959-2221 (appels du Canada ou des États-Unis) ou visitez le site de l'ASFC (www.asfc.gc.ca).

Agence du revenu du Canada (ARC)

www.arc.gc.ca

Bureau international des services fiscaux :

Tél. : 1-800-267-5177 ou 613-954-1368;

Programme de résolution de problème :

Tél. : 1-800-661-4985

Télééc. : 613-941-2505

Publication (gratuite)

- T4131, *Résidents canadiens qui séjournent à l'étranger*

Pour commander :

Visitez le site de l'ARC (www.arc.gc.ca)

ou appelez au 1-800-959-3376 (appels du Canada ou des États-Unis) ou au

613-954-1368.

Association canadienne des automobilistes

www.caa.ca

Centre canadien des armes à feu

www.cfc-ccaf.gc.ca

Tél. : 1-800-731-4000

Courriel : canadian.firearms@justice.gc.ca

Citoyenneté et Immigration Canada (CIC)

www.cic.gc.ca

Centres d'appel de CIC

Tél. : 1-888-242-2100 (appels du Canada) ou

Montréal 514-496-1010

Toronto 416-973-4444

Vancouver 604-666-2171

Conférence européenne des ministres des transports

Permis de stationnement :

www.cemt.org

Espèces menacées

Pour savoir ce que vous pouvez ou ne pouvez pas rapporter légalement au Canada et si un permis est requis, communiquez avec

Environnement Canada :

www.cites.ec.gc.ca

Tél. : 1-800-668-6767 ou 819-997-1840

Télééc. : 819-953-6283

Office des transports du Canada

www.otc.gc.ca

Passeport Canada

Passeports, certificats d'identité et documents de voyage

Tél. : 1-800-567-6868 (au Canada et aux États-Unis)

ATS : 1-866-255-7655

Patrimoine canadien

www.patrimoinecanadien.gc.ca/voyage

Tél. : 819-997-7761

Programme des biens culturels mobiliers

Tél. : 1-866-999-2494 ou 819-997-7761

Radio-Canada International (RCI)

www.rcinet.ca

Tél. : 514-597-7500

(Société Radio-Canada)

Tourisme Jeunesse

www.tourismejeunesse.org

Tourisme Jeunesse, organisme sans but

lucratif, aide les jeunes qui désirent

travailler à l'étranger. À cette fin, il

présente, entre autres, une conférence

gratuite intitulée « Le travail à l'étranger »,

offre des stages dans des auberges de

jeunesse et diffuse des guides (en

français et en anglais) par l'entremise

de ses boutiques.

Tél. : 514-252-3117

Transports Canada

www.tc.gc.ca

Voyage accessible

www.accesstotourisme.gc.ca

QUESTIONS DE SANTÉ

l'Agence de santé publique du Canada

Programme de médecine des voyages :

www.santevoyage.gc.ca

Tél. : 613-957-8739

Association canadienne de santé publique

www.cpha.ca

Publications (\$)

- *Carnet de vaccination du voyageur*
- *Don't Drink The Water : The Complete Traveller's Guide to Staying Healthy in Warm Climates*
- *Voyages internationaux et santé : Vaccinations exigées et conseils d'hygiène*

Pour commander :

Tél. : 613-725-3769

Centre canadien d'information sur le VIH/sida

www.aidsida.cpha.ca

Courriel : aidsida@cpha.ca

Tél. : 1-877-999-7740

MedicAlert®

www.medicalert.ca

Courriel : medinfo@medicalert.ca

Tél. : 1-800-668-6381

Programme d'information sur la drogue et les médicaments en voyage

Direction générale des affaires consulaires

www.voyage.gc.ca/main/drugs_menu-fr.asp

Société canadienne de santé internationale

Liste des cliniques santé-voyage :

www.csih.org

Courriel : csih@csih.org

Tél. : 613-241-5785

AUTRES LECTURES RECOMMANDÉES

Bélanger, Gilles, 2003, *Le voyageur branché : comment planifier votre voyage en ligne*, Éditions MultiMondes.
www.multim.com/levoyageurbranche

Cumyn, Alan, 2001, *Le Tour du monde en 1 001 projets*, Ottawa (Ont.), Bureau canadien de l'éducation internationale.
www.destineducation.ca/cdnstdnt/witwigo_f.htm

Hachey, Jean-Marc. 2004. *The BIG Guide to Living and Working Overseas*, 4^e édition.
Canada : Intercultural Systems/Systèmes interculturels (ISSI)
www.workingoverseas.com/francais

Lepère, Jean-Damien, Stéphane Mayoux et Axel Vicq, 2002, *Le guide complet des jobs et stages autour du monde*, 5^e édition, Dakota Editions. www.jobtrotter.com

Lenoir, Frédéric, 1999, *Le guide du Job-trotter États-Unis*, 3^e édition, Dakota Editions. www.jobtrotter.com

Parent, Anne-Marie, 1991. *Voir ailleurs... le travail à l'étranger rendu facile*. Tourisme jeunesse. www.tourismejeunesse.org

Pascoe, Robin, 1993. *Culture Shock! A Parent's Guide*. Times Books International.
www.expertexpert.com

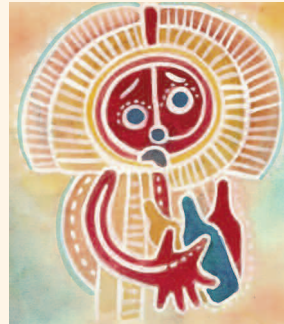
Des voyages qui ont mal tourné... Renseignez-vous sur les drogues en voyage à www.voyage.gc.ca



Sylvia, actrice, arrêtée à son arrivée à Singapour, transportant 300 grammes de méthamphétamine cachés dans ses souliers, risque maintenant d'être exécutée.



Nicolas, ingénieur, passible de cinq ans de prison en Espagne, où il est accusé de possession de cocaïne.



Marie, bibliothécaire, trouvée en possession d'héroïne liquide (alors qu'elle croyait rapporter du vin d'Australie pour l'ami d'un « ami »), condamnée à 18 ans de réclusion.



Daniel, étudiant, trouvé en possession d'ecstasy pendant une descente de police à Daytona Beach, condamné à trois ans de prison en Floride.

Inscrivez-vous à notre service d'inscription des Canadiens à l'étranger

Qui devrait s'inscrire?

Tous les Canadiens qui voyagent ou qui habitent à l'étranger.

Pourquoi s'inscrire?

Pour que nous puissions communiquer avec vous et vous aider en cas d'urgence à l'étranger, par exemple en cas de catastrophe naturelle ou de troubles civils, ou pour vous informer d'une urgence familiale au Canada.

Comment s'inscrire?

Pour vous inscrire en ligne, consultez notre site Web à :

www.voyage.gc.ca

Vous pouvez aussi vous inscrire en communiquant avec un bureau du gouvernement du Canada à l'étranger.

Mes renseignements personnels seront-ils communiqués à d'autres parties?

Les renseignements fournis sont confidentiels et utilisés conformément à la *Loi sur la protection des renseignements personnels*.

Comment puis-je obtenir de plus amples renseignements?

En composant le **1-800-267-6788** ou le **613-944-6788** (au Canada) ou en communiquant avec le bureau du gouvernement du Canada à l'étranger le plus près.

