

Ce document peut ne pas être entièrement accessible. Pour une version accessible, prière de consulter [Vivre à l'étranger](#).

Vivre à l'étranger

UN GUIDE À L'INTENTION DES TRAVAILLEURS, ÉTUDIANTS, BÉNÉVOLES, ET
RETRAITÉS À L'ÉTRANGER

[Voyage.gc.ca](#)



Affaires mondiales
Canada

Global Affairs
Canada

Canada

VIVRE À L'ÉTRANGER

Guide à l'intention des travailleurs, étudiants, bénévoles et retraités canadiens à l'étranger

Publié par Affaires mondiales Canada

Pour obtenir des exemplaires supplémentaires gratuits de la présente brochure ou pour de plus amples renseignements, consultez le site Web voyage.gc.ca, écrivez à l'adresse enqserv@international.gc.ca ou téléphonez au **1-800-267-8376** (pour les appels effectués depuis le Canada) ou au **613-944-4000**.

Cette publication est également disponible dans d'autres formats.

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

Les renseignements figurant dans la présente publication sont disponibles pour une utilisation personnelle ou publique non commerciale et peuvent être copiés, en tout ou en partie et par quelque moyen que ce soit, sans frais et sans autre permission d'Affaires mondiales Canada. Nous demandons seulement que l'utilisateur fasse preuve d'une diligence raisonnable en s'assurant de l'exactitude des documents copiés, qu'Affaires mondiales Canada soit identifié comme le ministère source et que la copie ne soit pas présentée comme une version officielle des documents copiés, ni comme une copie faite en affiliation avec le Ministère ou avec son aval.

Tous les renseignements que renferme la présente brochure sont fournis tels quels, sans garantie d'aucune sorte, explicite ou implicite. Affaires mondiales Canada s'efforce toutefois de présenter des renseignements qui soient exacts au moment de leur publication. À titre d'éditeur, le Ministère est le seul responsable de l'exactitude, de l'intégralité, de l'actualité et de la fiabilité de l'information donnée. Ces renseignements peuvent toutefois être modifiés n'importe quand et sans préavis. Pour être sûr d'obtenir les renseignements les plus récents, veuillez consulter notre site Web ou les ressources mentionnées à la section « Pour de plus amples renseignements ». Nous encourageons également les lecteurs à faire leurs propres recherches et à consulter des spécialistes pour en savoir plus.

© Sa Majesté la Reine du chef
du Canada représentée par le ministre
des Affaires étrangères, 2013

No de cat. FR5-65/2013F-PDF
ISBN 978-1-100-99715-5

CONTENTS

INTRODUCTION 2

AVANT DE QUITTER LE CANADA 3

Effectuez une évaluation des risques	3
Évaluez avec soin les possibilités offertes à l'étranger	4
Un peu de planification peut mener loin.....	6
Inscription des Canadiens à l'étranger	7
La double citoyenneté – avantage ou inconvénient?	9
Résidence temporaire ou résidence permanente?	9
En cas d'urgence.....	10
Voyagez en santé.....	11
Souscrivez la meilleure assurance possible	14
Choisissez entre une assurance complémentaire et une assurance de remplacement	15
Déménagez à l'étranger avec des enfants	17
Documents de voyage requis.....	18
Évaluez les coûts.....	21

UNE FOIS À L'ÉTRANGER 22

Soyez prudent.....	22
Un toit sur la tête.....	23
Soins de santé.....	24
Choc culturel.....	25
Amortissez le choc	26
Gérez votre argent	26
Questions juridiques	29
Immigration et citoyenneté.....	31
Conduite automobile	32
Services consulaires	34
Prévoyez un plan d'urgence.....	35
Décès à l'étranger.....	35
Maintenez les liens.....	36

RETOUR AU CANADA 38

Planifiez votre retour	38
------------------------------	----

POUR DE PLUS AMPLES RENSEIGNEMENTS 40

INTRODUCTION

Environ trois millions de Canadiens résident à l'extérieur du Canada. Tout comme vous, ils ont chacun leurs raisons de choisir de vivre dans un autre pays, que ce soit pour le travail, les études, le bénévolat, la retraite ou d'autres projets. Résider à l'étranger – en permanence ou de façon temporaire – peut être une expérience très enrichissante.

Ce peut aussi être une expérience difficile, en particulier si vous déménagez dans un autre pays à la poursuite d'un rêve, sans tenir compte des risques et des responsabilités que cela implique. La décision de quitter un milieu familial et de s'adapter à un autre contexte social et culturel ne doit pas être prise à la légère. Cela exige beaucoup de recherche, de connaissances et de planification. Mieux vous y serez préparé, meilleure sera votre expérience à l'étranger.

Chaque année, le gouvernement du Canada aide des milliers de Canadiens résidant à l'étranger. Grâce à nos quelque 260 bureaux répartis dans 150 pays – et notre Centre de surveillance et d'intervention d'urgence – nous sommes à votre service 24 heures par jour, sept jours par semaine. L'aide que nous pouvons apporter n'est pas infinie, mais il reste que nous offrons un vaste éventail de services consulaires, qu'il s'agisse du remplacement de passeports perdus, d'information donnée sur les lois du pays ou encore de soutien en cas de catastrophes naturelles et d'urgences médicales.

Nous connaissons bien les défis auxquels vous devrez faire face durant votre séjour à l'étranger. C'est pourquoi nous avons préparé la présente brochure, qui vous aidera à :

- vous informer et à vous préparer avant de quitter le Canada;
- prendre soin de vous-même et des vôtres pendant votre séjour à l'étranger;
- savoir quoi faire si les choses ne se déroulent pas comme prévu;
- planifier votre retour éventuel.

Nous vous conseillons fortement de lire cette brochure ainsi que notre publication principale, *Bon voyage, mais... Renseignements indispensables aux voyageurs canadiens*. Consultez aussi **Voyage.gc.ca** – votre source officielle d'information sur les voyages à l'étranger. Nous vous souhaitons un bon séjour à l'étranger, en sécurité et en santé!

Questions concernant les voyages à l'étranger

- Est-ce sécuritaire d'aller là?
- Est-ce que je risque d'être malade?
- Avec qui puis-je communiquer pour obtenir une aide d'urgence?
- Le gouvernement du Canada peut-il me faire libérer d'une prison étrangère?
- Que dois-je faire si je perds mon passeport?
- Dois-je payer de l'impôt sur un revenu gagné à l'étranger?
- Que puis-je rapporter au Canada

Réponses : Voyage.gc.ca

AVANT DE QUITTER LE CANADA

EFFECTUEZ UNE ÉVALUATION DES RISQUES

Il est important de considérer non seulement les avantages, mais aussi les risques d'un déménagement à l'étranger. Assurez-vous d'effectuer une évaluation complète des risques inhérents à chacun des pays envisagés afin de choisir une destination sûre qui vous convient. Si vous êtes inquiet par rapport aux dangers et aux désagréments d'une destination, rayez-la de votre liste.

Une évaluation des risques vous permettra de cerner les aspects dont vous devez vous préoccuper, comme la sécurité, les conditions sanitaires, le contexte politique, économique, culturel et l'environnement naturel, ainsi que les précautions à prendre. Par exemple :

- Certains pays sont aux prises avec des guerres, des insurrections et des troubles civils.
- D'autres connaissent des températures extrêmes et des catastrophes naturelles, telles que des typhons, des tremblements de terre et des éruptions volcaniques.
- Le rythme de vie peut être très différent de celui auquel vous êtes habitué, ce qui influera sur vos habitudes de travail et sur votre bien-être.
- Les logements sécuritaires et confortables peuvent être rares ou excessivement coûteux.
- Il n'y a peut-être pas d'installations accessibles pour les fauteuils roulants, ou d'assistance pour les personnes ayant des besoins spéciaux liés à l'ouïe, à la vue ou autres.
- La consommation d'alcool est peut-être interdite par la loi ou encore, les personnes déclarées coupables d'infractions liées à la drogue peuvent être passibles de la peine de mort.
- Les enfants ayant commis une infraction criminelle peuvent être jugés, déclarés coupables et emprisonnés comme les adultes.

Les trois incontournables des voyages à l'étranger

Le gouvernement du Canada encourage les Canadiens à suivre les trois incontournables des voyages à l'étranger :

- **Informez-vous** sur les questions liées à la santé et la sécurité, les lois et les coutumes locales, les conditions d'entrée, les conditions sanitaires et autres questions d'importance pour les voyageurs, en consultant nos Conseils aux voyageurs et avertissements (voyage.gc.ca/conseils).
- **Inscrivez-vous** auprès du service d'Inscription des Canadiens à l'étranger avant de quitter le Canada. Ainsi, nous pourrions communiquer avec vous et vous aider en cas d'urgence à l'étranger, p. ex à la suite d'un ouragan ou de troubles civils, ou encore dans le cas d'une urgence au Canada (voyage.gc.ca/inscription).
- **Informez-nous** en communiquant avec le Centre de surveillance et d'intervention d'urgence à Ottawa pour obtenir une aide d'urgence pendant votre séjour à l'étranger (voyage.gc.ca/urgences).

Pour effectuer une évaluation des risques :

- Consultez d'abord les Conseils aux voyageurs et avertissements concernant le pays envisagé pour vérifier si un avertissement officiel du gouvernement du Canada est en vigueur et pour obtenir de l'information sur la sécurité, les lois et les coutumes locales, les conditions sanitaires et les conditions d'entrée (voyage.gc.ca/conseils).
- Consultez la page Aperçus-pays dans le site Web du Centre d'apprentissage interculturel pour obtenir de l'information culturelle, des renseignements factuels et des conseils sur les façons de démontrer notre sensibilité à l'égard des coutumes locales dans le monde (intercultures.ca).
- Consultez voyage.gc.ca/sante et le site Web de l'Organisation mondiale de la santé (who.int) pour obtenir de l'information, pays par pays, sur les conditions sanitaires et les normes régissant les soins médicaux.
- Renseignez-vous sur les conditions météorologiques et climatologiques des différents pays au moyen du site Web du Service d'information météorologique mondial (www.worldweather.org).
- Effectuez des recherches supplémentaires en consultant des guides de voyage, des bulletins d'information, des magazines et des sites Web consacrés aux expatriés. Vous y trouverez de l'information sur les questions de santé, de sécurité, de culture et de bien-être émotionnel qui touchent les Canadiens vivant à l'étranger.

ÉVALUEZ AVEC SOIN LES POSSIBILITÉS OFFERTES À L'ÉTRANGER

Un vaste éventail de possibilités au chapitre des emplois, des études, du bénévolat et de la retraite existent à l'extérieur du Canada. Si vous souhaitez vivre une expérience heureuse, évaluez minutieusement toute occasion qui pourrait se présenter avant d'y donner suite.

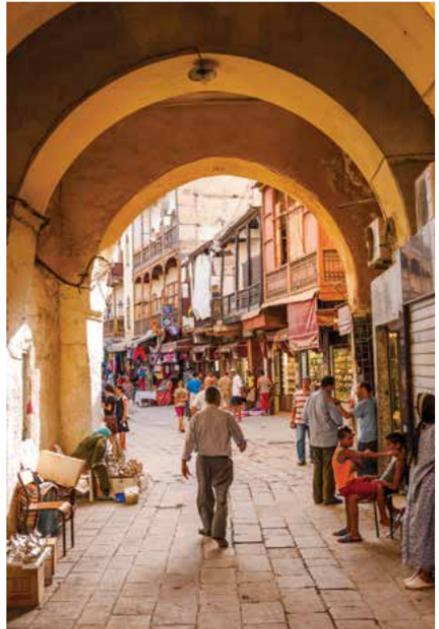
- Méfiez-vous de la fraude internationale. Évitez les agences de recrutement outremer qui exercent leurs activités uniquement par courriel ou par téléphone ainsi que les organisations qui exigent des frais de placement. Des pseudo-groupes offrant des possibilités d'éducation internationale ont extorqué d'importantes sommes d'argent à des étudiants sous prétexte de garantir l'admission, l'aide financière et les permis d'études. Dans la même veine, des agences fictives de placement de bénévoles ont facturé à des candidats sans méfiance des débouchés qui ne se sont jamais concrétisés. Et il ne manque pas d'arnaqueurs internationaux qui font miroiter aux retraités des promesses d'idylles, d'amitié et de gains financiers dans des contrées lointaines.
- Si vous êtes une femme, méfiez-vous particulièrement des offres qui semblent trop belles pour être vraies. Soyez au courant des dangers que représentent le trafic de personnes à des fins d'exploitation sexuelle ou le trafic de main-d'œuvre. Les criminels

recrutent souvent des femmes de l'étranger au moyen de petites annonces frauduleuses pour des emplois d'hôtesse, de mannequin, d'artiste de scène, de bonnes d'enfants, de femme de chambre ou d'autres emplois qui semblent légitimes.

- Renseignez-vous le plus possible sur l'agence qui vous offre un emploi à l'étranger. Demandez des références, consultez son site Web et renseignez-vous auprès du Bureau d'éthique commerciale de votre région (si l'entreprise ou l'organisme est canadien). Communiquez avec des gens qui ont déjà travaillé pour l'organisme ou avec un membre de son personnel.
- N'acceptez jamais un emploi à l'étranger si vous devez attendre d'être sur place pour en connaître toutes les modalités. Examinez les clauses du contrat et, si possible, faites les examiner par un avocat. Vérifiez les conditions de rupture de contrat au cas où les choses ne fonctionneraient pas.
- Assurez-vous de bien comprendre les clauses financières de toute offre d'emploi. Cherchez à savoir quand vous recevrez votre premier chèque de paie et dans quelle devise il vous sera versé. Vous pourriez éviter 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 celle-ci est convertible et si le pays limite les sorties de fonds de son territoire. Vérifiez si votre employeur paiera les dépenses comme les billets d'avion, les cartes de séjour, la formation linguistique, les frais de scolarité ainsi que les primes d'assurance pour les soins

Êtes-vous prêt à vous adapter à d'autres cultures?

De nombreux Canadiens qui vivent à l'étranger pour la première fois sont surpris de l'isolement culturel auquel ils font face, ce qui rend l'adaptation encore plus difficile. Avant de quitter le Canada, efforcez-vous de comprendre le contexte social dans lequel vous serez plongé. Êtes-vous à l'aise face aux différences culturelles marquées? Êtes-vous prêt à faire partie d'une minorité et à être traité comme un étranger? Vous faites-vous facilement de nouveaux amis? Êtes-vous ouvert à différentes manières de faire les choses? Êtes-vous capable de soutenir un rythme de vie beaucoup plus lent – ou beaucoup plus rapide?



médicaux et dentaires (y compris une couverture pour les membres de votre famille).

- Si votre contrat prévoit un logement fourni, demandez des photos ou une description détaillée du logement que vous occuperez, un plan d'étage et une liste des meubles. Les adjectifs « occidental » et « meublé » n'ont pas le même sens dans tous les pays.

Renseignez-vous sur le quartier où est situé le logement et sur les transports en commun. Vérifiez si vous devrez partager le logis avec une autre personne.

- Il est possible que certains employeurs et organismes bénévoles vous offrent de payer votre billet de retour au Canada à la fin de votre contrat. Or, il n'est pas dit que cet engagement sera respecté. Il est préférable de demander un billet aller-retour ouvert.

UN PEU DE PLANIFICATION PEUT MENER LOIN

Une vision à long terme est essentielle à un séjour agréable et sécuritaire à l'étranger. Les mesures suivantes vous aideront à réunir toute l'information pertinente avant de quitter le Canada.

- Lisez la brochure sur la sécurité en voyage intitulée *Bon voyage, mais... Renseignements indispensables aux voyageurs canadiens* (voir voyage.gc.ca/publications). Vous y trouverez toute l'information et tous les conseils nécessaires pour voyager de manière responsable et en toute confiance, et éviter ainsi les embûches auxquelles vous pourriez vous heurter à l'étranger. La brochure présente aussi un aperçu des services consulaires qui vous sont offerts partout dans le monde.
- Assurez-vous d'avoir (pour vous et pour les membres de votre famille) un passeport canadien qui sera valide au moins six mois après votre retour prévu au Canada. Obtenez longtemps d'avance les visas demandés par votre pays de

Expérience internationale Canada

Les jeunes Canadiens peuvent choisir parmi des milliers de possibilités de voyages et de travail à l'étranger, grâce aux ententes de réciprocité négociées avec des pays d'accueil. Les participants de 18 à 35 ans peuvent ainsi profiter des nombreux avantages qu'offrent un séjour et un emploi à l'étranger, tout en ayant la possibilité d'acquérir une expérience internationale et des compétences pratiques.

Pour de plus amples renseignements, appelez au **1-877-461-2346** ou consultez la page **Expérience internationale Canada**.

destination (visa de travail, d'étudiant, de bénévolat, de visiteur ou autre). Soyez attentif aux conditions s'appliquant à chaque visa, car dans certains pays vous risquez de vous faire arrêter si vous ne respectez pas ces conditions. Pour plus de détails, voir la section « Déménager à l'étranger avec des enfants » à la page 17, et « Documents de voyage requis » à la page 18.

- Remettez des copies des documents de voyage importants à un parent ou un ami au Canada, en cas de perte ou de vol. Numérisez-les, si possible, et faites-les suivre à une adresse de courriel à laquelle vous pouvez accéder de n'importe quel endroit.
- Assurez-vous que votre assurance voyage couvre tous les frais médicaux en cas de maladie ou de blessures (y compris l'hospitalisation à l'étranger et l'évacuation médicale), la perte ou le vol d'objets de valeur, l'endommagement de bagages ainsi que l'annulation ou l'interruption de vols.
- Inscrivez-vous auprès du service d'Inscription des Canadiens à l'étranger à l'adresse voyage.gc.ca/inscription afin que le gouvernement du Canada puisse communiquer avec vous et vous aider en cas d'urgence. Une fois que vous êtes inscrit, n'oubliez pas de tenir vos renseignements à jour.
- Conservez une carte de coordonnées d'urgence sur laquelle figurent les coordonnées du bureau du gouvernement du Canada le plus près dans votre pays de destination (voir voyage.gc.ca/carte), au cas où vous éprouveriez des problèmes pendant votre séjour.



INSCRIPTION DES CANADIENS À L'ÉTRANGER

*Un service gratuit qui
pourrait vous sauver la vie*

Si vous prévoyez voyager ou vivre à l'étranger, enregistrez-vous auprès du service d'**Inscription des Canadiens à l'étranger**. Nous pourrions ainsi vous rejoindre en cas d'urgence à l'étranger, par exemple à la suite d'un tremblement de terre ou de troubles civils, ou vous informer de toute urgence qui surviendrait au Canada.

Inscrivez-vous en ligne, par la poste, par télécopieur ou en personne. Pour de plus amples renseignements, consultez voyage.gc.ca/inscription ou composez le **1-800-267-6788** (à partir du Canada et des États-Unis) ou le **613-944-6788**.

**Les renseignements fournis dans le cadre de l'inscription sont confidentiels et seront utilisés conformément aux dispositions de la Loi sur la protection des renseignements personnels.*

- Trouvez à l'avance un logement sécuritaire dans votre pays de destination. Les logements convenables peuvent être rares et dispendieux dans les endroits où le taux d'occupation est faible. Vous pourriez devoir louer votre logement par l'entremise d'une agence. Si vous ne pouvez pas trouver d'hébergement à long terme à l'avance, vous devriez tout au moins prévoir de l'hébergement temporaire. Avant de verser un dépôt pour des logements pour étudiants ou autres logements annoncés en ligne, vérifiez bien si l'adresse existe. Voir la section « Un toit sur la tête » à la page 23 pour d'autres conseils.
- Vérifiez bien à l'avance ce qu'il vous est permis d'apporter avec vous à l'étranger. N'oubliez pas que la plupart des pays ont de strictes conditions d'importation. Procurez-vous des adaptateurs pour les appareils électriques que vous apporterez. Si vous apportez des objets de valeur, profitez d'un service gratuit offert par l'Agence des services frontaliers du Canada (ASFC) qui consiste à identifier les articles grâce à leur numéro de série ou d'autres marques particulières. L'ASFC peut apposer une vignette autocollante sur d'autres articles de façon à ce que ceux-ci puissent être identifiés aux douanes au moment de votre retour au Canada.
- Communiquez avec l'ambassade ou le consulat de votre pays de destination si vous prévoyez emmener un animal de compagnie avec vous pour vous renseigner sur les exigences à cet égard. Vous devrez fournir un certificat de santé détaillé de l'animal et peut-être aussi obtenir un permis d'importation. De plus, votre animal devra peut-être passer un certain temps en quarantaine avant d'entrer dans le pays.
- Assurez-vous de faire suivre votre courrier. Présentez une demande de changement d'adresse à Postes Canada et informez tous vos contacts de votre nouvelle adresse.
- Rédigez votre testament avant de quitter le Canada. Advenant le pire, cela permettra d'éviter certaines complications liées à un décès à l'étranger. Vous pourriez envisager de faire deux testaments – un pour le Canada et un second pour le pays de destination – étant donné les différences entre les lois des deux pays.

LA DOUBLE CITOYENNETÉ – AVANTAGE OU INCONVÉNIENT?

Les lois canadiennes permettent aux Canadiens de détenir plus d'une nationalité. La double citoyenneté ou les citoyennetés multiples peuvent comporter des avantages, tels que des possibilités d'emploi, un droit de résidence illimité, la possibilité de posséder des biens fonciers et le droit à des programmes sociaux comme l'éducation, les soins de santé et les régimes de retraite.

Mais il y a aussi des inconvénients. Il est possible que votre citoyenneté canadienne ne soit pas reconnue par le pays de votre autre nationalité. Les autorités locales de ce pays pourraient empêcher le Canada de vous fournir une assistance consulaire. Cette situation est d'autant plus susceptible de se produire si vous entrez au pays comme citoyen du pays plutôt qu'avec votre passeport canadien. À titre de citoyen, vous pouvez être tenu de

RÉSIDENCE TEMPORAIRE OU RÉSIDENCE PERMANENTE?

La plupart des Canadiens qui prévoient vivre à l'étranger pour y faire des études pendant une courte période, pour y effectuer du travail bénévole ou pour y passer quelques mois par année au moment de leur retraite, décident de conserver leur statut de résident canadien. Ceux qui ne prévoient pas revenir régulièrement au Canada et qui peuvent se procurer une assurance-maladie adéquate à l'étranger peuvent opter pour le statut de résident permanent – ou même celui de citoyen – dans leur pays de destination. Cette option implique l'acquisition d'un statut légal dans l'autre pays, ce qui comporte diverses modalités, exigences et obligations, qui vont bien au delà de celles qui s'appliquent aux touristes ou aux visiteurs.

Cette décision peut aussi entraîner de lourdes conséquences. Par exemple, les agents consulaires canadiens pourraient être dans l'impossibilité de vous aider si vous deviez éprouver des difficultés dans un pays où vous êtes établi légalement.



Le saviez-vous?

Vous ne pouvez pas utiliser un certificat de citoyenneté canadienne au lieu d'un passeport canadien pour voyager à l'étranger. **Un certificat de citoyenneté canadienne n'est pas un document de voyage.** Le passeport canadien est le seul document de voyage et la seule pièce d'identité fiable et reconnue universellement aux fins des voyages à l'étranger. Les citoyens canadiens qui reviennent au Canada et qui, au lieu du passeport canadien, présentent d'autres documents, comme un certificat de citoyenneté canadienne, un acte de naissance, un permis de conduire délivré par une province canadienne ou un passeport délivré par un autre pays, peuvent s'attendre à des délais ou se voir refuser l'accès à bord par des transporteurs.

respecter les lois qui ne s'appliquent pas à un visiteur étranger, vous inscrire au service militaire, payer de l'impôt, rembourser le coût de vos études ou encore faire l'objet d'une surveillance plus étroite de la part des agents de l'immigration et du personnel de sécurité. De plus, être citoyen d'un autre pays ne vous donne pas nécessairement la possibilité d'y travailler. Il est possible que vous ne répondiez pas aux conditions de résidence, ou encore que vous ayez perdu votre citoyenneté en devenant citoyen canadien. Votre double citoyenneté pourrait aussi causer des problèmes dans un pays tiers si les autorités locales sont confuses quant à la nationalité que vous avez utilisée pour entrer dans ce pays.

Vous pouvez réduire les risques liés au fait de vivre dans le pays où vous détenez l'autre nationalité en prenant les mesures suivantes :

- Vérifiez le statut de votre citoyenneté – et celui des membres de la famille qui vous accompagnent – et faites part de vos préoccupations aux représentants appropriés du pays concerné auprès de leur ambassade ou de leur consulat au Canada.

En cas d'urgence...

Les services consulaires sont assurés jour et nuit, sept jours par semaine. Si vous avez des difficultés à l'étranger :

- Communiquez avec l'ambassade ou le consulat canadien le plus près (consultez la liste complète des bureaux à l'adresse voyage.gc.ca/bureaux).
- Téléphonnez au Centre de surveillance et d'intervention d'urgence à Ottawa au **613-996-8885** (appelez à frais virés si le service est offert).
- Envoyez-nous un courriel à sos@international.gc.ca.
- Remplissez le formulaire en ligne de demande d'aide d'urgence à l'adresse voyage.gc.ca/urgences.

- Demandez une confirmation écrite de vos obligations envers le pays concerné, telles que le paiement de taxes et d'impôts, le service militaire ou le remboursement du coût des études. Si les lois de l'autre pays le permettent, utilisez votre passeport canadien pour y entrer et présentez vous comme citoyen canadien aux autorités locales.
- Communiquez sans tarder avec l'ambassade ou le consulat du Canada le plus proche si vous avez des difficultés à l'étranger en raison de votre double citoyenneté.
- Pour de plus amples renseignements, consultez notre brochure intitulée *La double citoyenneté : Ce que vous devez savoir*.

VOYAGEZ EN SANTÉ

Quel que soit le pays où vous vivez, votre santé est ce que vous avez de plus précieux. Assurez-vous de prévoir vos besoins de santé à long terme avant de quitter le Canada.

L'Agence de santé publique du Canada (ASPC) recommande que chacun des membres de votre famille obtienne une évaluation de santé auprès d'une clinique santé-voyage ou de votre fournisseur de soins de santé – de préférence **six semaines avant votre départ**. Cet examen permettra de déterminer les vaccins ou les médicaments préventifs dont vous pourriez avoir besoin ainsi que les précautions à prendre pour prévenir les maladies lors de votre séjour à l'étranger. Une évaluation de votre état de santé pourrait comprendre des rendez-vous chez l'optométriste et le dentiste, ainsi qu'une évaluation psychologique pour vous aider à vous préparer à vivre dans un nouveau milieu.



VACCINS

À l'étranger, vous et les membres de votre famille pourriez être exposés à des maladies infectieuses qui sont pratiquement inexistantes au Canada. Selon votre état de santé, vos antécédents de vaccination et votre itinéraire, un professionnel de la santé pourra évaluer les risques auxquels vous serez exposé, vous indiquer si vous avez besoin de vaccins spéciaux et de médicaments préventifs (par exemple contre le paludisme) et vous renseigner sur les mesures de protection que vous devriez prendre.

Vérifiez si vous avez bien reçu tous les vaccins courants – tétanos, diphtérie, coqueluche, poliomyélite, rougeole, oreillons et rubéole. Pour entrer dans certains pays, il est possible que vous soyez tenu de présenter une preuve de vaccination contre la fièvre jaune pour une période couvrant les 10 dernières années, ainsi qu'un certificat international de vaccination ou de prophylaxie. N'oubliez pas que certains vaccins et certains médicaments préventifs peuvent prendre quelque temps avant de faire effet.

Si vous emmenez un bébé ou de jeunes enfants, vous devrez peut-être les faire vacciner selon un programme accéléré ou un programme spécial. Consultez votre pédiatre, votre médecin de famille ou un praticien en médecine de voyages. Vous trouverez de plus amples renseignements à l'adresse voyage.gc.ca/sante.

MÉDICAMENTS

Si vous prenez des médicaments, emportez une réserve – ou prenez des mesures de renouvellement de vos prescriptions – puisque vous serez à l'étranger durant une période prolongée. Emportez un double de votre ordonnance indiquant la dénomination commune et le nom commercial des médicaments, qui vous servira en cas de perte ou de vol. Conservez également les ordonnances de lunettes ou de verres de contact pour en faciliter le remplacement.

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

Certains médicaments en vente libre au Canada sont interdits dans d'autres pays ou ne peuvent y être obtenus que sur ordonnance. Vérifiez si vos médicaments sont permis par la loi dans le pays de destination. Demandez à votre médecin de vous remettre une note indiquant les raisons médicales de votre ordonnance ainsi que la posologie recommandée.

Si vous avez besoin de seringues pour des raisons médicales ou d'un auto-injecteur pour des allergies mettant votre vie en danger, il est important d'en apporter une réserve suffisante ou de prévoir les moyens de vous réapprovisionner. Transportez également un certificat médical attestant que ces articles sont utilisés à des fins médicales.

Si vous avez une affection médicale préexistante ou des allergies qui peuvent se manifester durant votre séjour à l'étranger, considérez la possibilité de porter un bracelet ou un collier MedicAlert® permettant d'accéder à vos dossiers médicaux en tout temps, où que vous soyez dans le monde.

PRÉVENTION DES ITS

Ayez une réserve de préservatifs pour vous protéger contre les infections transmises sexuellement (ITS) et pour prévenir une grossesse non désirée, même si vous ne prévoyez pas rencontrer un nouveau ou une nouvelle partenaire à l'étranger. Les préservatifs ne sont peut-être pas disponibles dans votre pays de destination ou encore ceux-ci ne sont peut-être pas conformes aux normes de sûreté établies par l'Organisation mondiale de la santé. Pour de plus amples renseignements, consultez voyage.gc.ca/ITS.

GROSSESSE ET NAISSANCE

En cas de grossesse ou si vous prévoyez accoucher à l'étranger, consultez votre médecin avant de quitter le Canada. Assurez-vous que votre assurance-maladie complémentaire couvre les frais relatifs à la grossesse, à l'accouchement prématuré ou à terme, et aux soins néonataux. Évitez, dans la mesure du possible, de vous rendre dans des régions touchées par le paludisme; les femmes enceintes sont particulièrement vulnérables à cette maladie, qui pourrait mettre la grossesse en péril. Si vous prévoyez accoucher à l'extérieur du Canada, repérez d'abord un hôpital local ou un centre de naissance dont les

normes de qualité sont comparables à celles du Canada, dans la mesure du possible. Pour obtenir de l'information concernant la citoyenneté des enfants nés de parents canadiens à l'étranger, consultez la section « Droit inné d'être Canadien » à la page 32.

Les femmes enceintes peuvent obtenir de l'information supplémentaire à l'adresse voyage.gc.ca/sante et dans notre brochure *Voyager au féminin – La sécurité avant tout*, accessible à l'adresse voyage.gc.ca/publications.

ACCESSIBILITÉ POUR LES VOYAGEURS HANDICAPÉS

Plusieurs pays n'offrent pas l'accès aux personnes en fauteuil roulant ou d'assistance à celles qui ont des besoins spéciaux liés à l'ouïe, à la vue ou à d'autres besoins d'ordre physique. Il vous faudra peut-être prendre des mesures spéciales à l'étranger pour obtenir les services que vous vous attendriez à recevoir normalement au Canada. Pour obtenir de l'information par pays concernant l'accessibilité aux voyageurs handicapés pour un pays donné, consultez le site Web de l'Organisation mondiale des personnes handicapées à l'adresse dpi.org (en anglais seulement).

Un bon départ

Aimeriez-vous en savoir davantage sur les moyens de rester en santé lorsque vous êtes à l'étranger? Notre publication *Un bon départ* offre d'intéressants conseils vous permettant :

- d'évaluer les risques sanitaires liés aux voyages;
- de prendre des mesures préventives avant, pendant et après un séjour à l'étranger;
- de choisir une assurance-maladie de voyage appropriée;
- de faire face à une urgence sanitaire à l'étranger;
- d'obtenir des services consulaires en cas d'urgence.

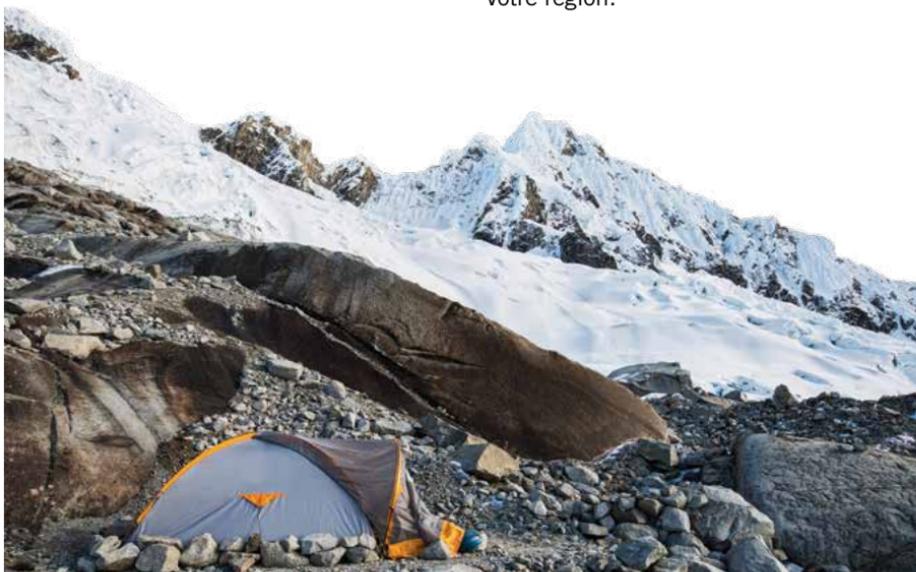
Pour commander cette brochure, composez le **1-800-267-8376** (depuis le Canada) ou le **613-944-4000**, ou téléchargez-la à partir de voyage.gc.ca/publications.

Les détenteurs de permis de stationnement de personnes handicapées au Canada peuvent utiliser ces permis dans les pays membres du Forum international des transports (FIT) et les pays qui y sont associés. Prenez soin de vérifier votre admissibilité auprès des autorités locales. Les permis de stationnement pour les personnes handicapées au Canada sont rarement reconnus dans les pays qui ne sont pas membres du FIT. Pour plus de détails, consultez le site Web du FIT à l'adresse internationaltransportforum.org (en anglais seulement).

Pour de plus amples renseignements sur les services gouvernementaux offerts aux voyageurs handicapés à l'étranger, sur la façon dont les besoins spéciaux sont pris en compte, sur les places de stationnement réservées et sur les voyages avec un animal d'assistance, consultez voyage.gc.ca/voyageurshandicapes.

SOUSCRIVEZ LA MEILLEURE ASSURANCE POSSIBLE

Ne vous attendez pas à ce que votre régime de santé provincial ou territorial couvre les frais liés à une maladie ou une blessure lorsque vous résidez à l'étranger. Les frais médicaux encourus à l'extérieur du Canada peuvent être faramineux et représenter un lourd fardeau financier. Il n'y a rien de pire que d'être malade dans un pays étranger et, au même moment, de s'inquiéter des frais médicaux qui ne cessent de grimper. Votre régime d'assurance-maladie provincial ou territorial ne couvrira tout au plus que certains frais médicaux engagés à l'extérieur du Canada et ne versera aucun montant sur-le-champ. De plus, votre régime ne sera plus en vigueur si vous vivez à l'étranger au-delà d'une certaine période – généralement de six à huit mois – selon la province ou le territoire. Pour obtenir plus de renseignements, communiquez avec les autorités en matière de santé dans votre région.





Peu importe la durée de votre séjour à l'étranger, **assurez-vous de souscrire la meilleure assurance-maladie que vous pouvez vous permettre.** Il s'agit de l'un des investissements les plus importants que vous pouvez faire en tant qu'expatrié. Assurez-vous de bien comprendre les clauses de votre police d'assurance. Celle-ci doit couvrir vos besoins personnels en matière de santé et ceux de vos personnes à charge. Si vous devez occuper un emploi dans votre pays de destination, vérifiez auprès de l'employeur s'il offre une assurance-maladie qui répondra à vos besoins.

Ayez toujours sur vous une attestation d'assurance lorsque vous êtes à l'étranger, ainsi que les coordonnées de votre assureur. Remettez-en une copie à un ami ou un parent au Canada. Si vous payez pour vos propres soins médicaux, obtenez une facture détaillée de votre médecin ou de l'hôpital de façon à pouvoir présenter votre demande de remboursement plus tard. La plupart des compagnies d'assurance n'acceptent pas les copies ou les télécopies.

Choisissez entre une assurance complémentaire et une assurance de remplacement

Deux types d'assurance-maladie privée sont offerts aux expatriés : l'**assurance complémentaire** offre des avantages supplémentaires pour ceux qui bénéficient d'un régime d'assurance provincial ou territorial. L'**assurance de remplacement** offre une protection intégrale aux personnes qui résident à l'étranger suffisamment longtemps pour ne plus être admissibles à un régime canadien.

Il est plus difficile d'obtenir une police complète d'assurance de remplacement qu'une assurance complémentaire. Un certain nombre de compagnies d'assurance offrent toutefois ce genre de produit aux personnes qui résident à l'étranger. Au moment de souscrire une assurance de remplacement, évaluez soigneusement votre situation personnelle, en tenant compte de votre âge, de toute maladie préexistante et de vos besoins éventuels en cas de maladie grave ou chronique. Assurez-vous de vous procurer une assurance de remplacement avant de quitter le Canada et vérifiez si la police est valide dans le pays où vous vous proposez de vivre.

Le saviez-vous?

En plus de l'assurance-maladie, vous devriez envisager la possibilité d'obtenir une protection accrue en matière d'assurance-vie et d'assurance-invalidité. Vous aurez aussi besoin d'une protection en cas d'annulation de vol, d'interruption de voyage et de perte de bagages, de même qu'une assurance des marchandises pour les automobiles, le mobilier et autres effets personnels. Vous pourriez ainsi vous éviter de gros ennuis et des coûts imprévus au moment de votre réinstallation à l'étranger.

Recherchez la meilleure police d'assurance maladie possible pour un séjour de longue durée à l'étranger. Posez les questions suivantes :

- La police offre-t-elle une protection, peu importe si votre régime d'assurance-maladie provincial ou territorial demeure en vigueur?
- Comprend-elle un numéro d'urgence vous permettant de joindre n'importe où et en tout temps, en français et par l'intermédiaire de services d'interprétation, des fournisseurs de soins de santé dans votre pays de destination?
- Permet-elle le paiement immédiat des frais médicaux à l'étranger, ou vous faudra-t-il payer les services et demander ensuite un remboursement?
- Fournit-elle un dépôt en argent si l'hôpital l'exige?
- Couvre-t-elle aussi bien les soins de santé que les soins dentaires pendant toute la durée de votre séjour à l'étranger?

- Couvre-t-elle les affections préexistantes, telles qu'un état prédiabétique ou une maladie du cœur? (Demandez une confirmation écrite.)
- Couvre-t-elle les blessures liées à des activités d'aventure, telles que l'alpinisme et la plongée sous-marine?
- Couvre-t-elle l'évacuation médicale au Canada ou à l'établissement de santé adéquat le plus près?
- Couvre-t-elle les naissances prématurées et les soins néonataux qui y sont liés?
- Couvre-t-elle les dépenses liées à un décès à l'étranger, y compris le rapatriement des cendres ou de la dépouille?
- Offre-t-elle une protection lors des visites au Canada ou dans d'autres pays?
- Couvre-t-elle la période précédant le renouvellement de votre régime provincial/territorial lors de votre retour au Canada?

Pour obtenir d'autres suggestions sur les éléments qu'il convient d'examiner avant de souscrire une assurance-maladie de voyage, consultez notre brochure *Un bon départ – Un guide santé à l'intention des voyageurs canadiens*.

Le saviez-vous?

Certaines compagnies d'assurance ne rembourseront pas les frais médicaux liés à des blessures subies dans un pays visé par un avertissement officiel du gouvernement du Canada.

DÉMÉNAGEZ À L'ÉTRANGER AVEC DES ENFANTS

Déménager à l'étranger peut se révéler l'une des expériences les plus enrichissantes dans la vie d'un enfant, qui lui permettra de gagner en confiance personnelle, d'apprendre à s'adapter et de prendre conscience des différences culturelles. Mais le fait de déménager avec des enfants peut aussi ajouter un stress supplémentaire aux nombreux défis que représente déjà le fait même de déménager à l'étranger. Avant de quitter le Canada, prenez les mesures nécessaires pour assurer une transition en douceur pour vous-même et pour votre famille.

- Discutez ouvertement avec vos enfants afin qu'ils puissent exprimer leurs sentiments et leurs inquiétudes concernant ce départ à l'étranger.
- Trouvez une garderie ou une école appropriée. Assurez-vous que les normes des services de garderie de votre pays de destination sont conformes à vos attentes.

Communiquez avec les autorités scolaires du pays pour obtenir de l'information sur le système scolaire. Outre les écoles publiques et privées, on peut trouver dans la plupart des pays des écoles internationales fréquentées surtout par des enfants de familles expatriées. Apportez des copies des dossiers scolaires de vos enfants, en cas de besoin.

- N'oubliez pas que les fonctionnaires de l'immigration se montrent vigilants en ce qui concerne les documents des enfants qui traversent des frontières internationales. Si les enfants de moins de 18 ans ne sont pas accompagnés par les deux parents, nous recommandons fortement qu'ils aient en leur possession une lettre de consentement signée par chaque personne légalement habilitée à prendre des décisions importantes en leur nom. La lettre de consentement atteste que chaque enfant a la permission de voyager. Nous vous conseillons de faire certifier la lettre de consentement ou d'y faire apposer un tampon ou un sceau par un représentant officiel autorisé à faire prêter serment ou à recevoir une



déclaration solennelle. Vous trouverez un modèle de lettre de consentement, ainsi qu'un formulaire interactif que vous pouvez utiliser pour rédiger votre propre lettre, à l'adresse voyage.gc.ca/lettre.

- Assurez-vous que chacun des enfants ait un passeport canadien valide et les pièces d'identité requises, telles que certificat de naissance ou carte de citoyenneté. Vérifiez auprès de l'ambassade ou du consulat du pays de destination les conditions d'entrée et les documents qui pourraient être exigés, y compris les documents de divorce, les ordonnances de garde ou un certificat de décès (si l'un des parents est décédé).
- Laissez une pièce d'identité supplémentaire dans la poche de l'enfant au cas où vous seriez séparés. Pour des besoins d'identification en cas d'urgence, ayez en votre possession des photos récentes de l'enfant.
- Consultez un avocat s'il y a possibilité qu'un litige survienne concernant la garde pendant que l'enfant est à l'étranger. Les ententes conclues au Canada concernant la garde des enfants pourraient ne pas être reconnues dans certains pays. Dans les cas extrêmes, vous ou votre enfant pourriez vous voir refuser l'autorisation de revenir au Canada. Renseignez-vous auprès de l'ambassade ou du consulat du pays de destination avant de déménager à l'étranger.
- Consultez un pédiatre sur les mesures à prendre pour protéger la santé de votre enfant durant votre séjour à l'étranger.

Pour de plus amples renseignements, consultez voyage.gc.ca/enfant.

DOCUMENTS DE VOYAGE REQUIS

Veillez à ce que votre passeport, les visas et autres documents de voyage nécessaires soient en ordre avant de quitter le Canada.

VOTRE PASSEPORT CANADIEN

Le passeport canadien est la seule pièce d'identité fiable et reconnue universellement pour les Canadiens. Si vous comptez voyager ou résider à l'étranger, votre passeport ainsi que celui de chacun des membres de votre famille doivent être valides.

Un passeport canadien est généralement valide pendant cinq ans. À compter de 2013, il sera possible d'opter pour une durée de validité de 10 ans. Un passeport délivré à l'intention d'un enfant de moins de trois ans est valide pendant trois ans.

Communiquez avec l'ambassade ou le consulat de votre pays de destination pour connaître les règles et les restrictions relatives à la validité du passeport. Certains pays exigent que la période de validité du passeport s'étende sur une période d'au moins six mois au-delà de la date prévue de votre retour au Canada. Si votre passeport doit expirer pendant votre séjour à l'étranger, voyez à le renouveler avant votre date de retour.

Si vous devez présenter une demande de passeport ou de renouvellement de passeport, amorcez le processus bien avant votre départ prévu du Canada. Prévoyez encore plus de temps si vous avez besoin d'un visa puisque vous devrez d'abord obtenir un passeport.

Il est possible de se procurer des formulaires de demande, en ligne à passeportcanada.gc.ca et en personne dans tous les bureaux de Passeport Canada, dans les centres de Service Canada, aux comptoirs de Postes Canada et dans les bureaux du gouvernement du Canada à l'étranger.

Conservez les documents suivants à portée de la main afin de faciliter le remplacement d'un passeport qui serait perdu ou volé durant votre séjour à l'étranger :

- une photocopie de la page d'identification (photo) de votre passeport;
- l'original de votre certificat de naissance ou de citoyenneté;
- une copie d'au moins une autre pièce d'identité;
- les coordonnées d'un bureau du gouvernement du Canada dans votre pays de destination;
- deux photos récentes respectant les exigences de Passeport Canada (prise dans l'année et correspondant à votre apparence actuelle).

En cas de perte ou de vol de votre passeport alors que vous êtes à l'extérieur du Canada, informez-en la police locale ainsi que Passeport Canada ou le bureau du gouvernement du Canada le plus près à l'étranger.

Pour de plus amples renseignements sur les mesures à prendre pour demander ou remplacer un passeport canadien et pour en prendre soin, consultez voyage.gc.ca/passeport.

Le saviez-vous?

Seul le gouvernement de votre pays de destination est autorisé à vous délivrer un visa. Le gouvernement du Canada ne peut intervenir en votre faveur.

VISAS

Dans la plupart des pays, il vous faut un visa pour y séjourner pendant plus de trois mois. Les types de visas les plus courants sont le visa de travail, le visa d'étudiant, le visa de bénévole et le visa de résidence. Mais il vous faudra peut-être aussi un visa de touriste, un visa d'affaires, un visa de visiteur ou un autre type de visa pour un séjour de courte durée.

Si vous prévoyez sortir du pays de destination et y revenir lors de votre séjour, renseignez vous sur les visas pour entrées multiples afin de prévenir les problèmes éventuels. Assurez-vous d'obtenir les visas nécessaires longtemps d'avance. Ne vous attendez pas à pouvoir entrer dans un pays comme touriste dans l'espoir de changer votre type de visa plus tard. Il est important de comprendre et de respecter les modalités des visas. Se trouver dans un pays sans le visa approprié ou y demeurer au-delà de la date d'expiration du visa est illégal et peut entraîner l'emprisonnement, une amende très élevée ou l'expulsion.

Les exigences et les délais de traitement varient selon le type de visa dont vous avez besoin. Avant de vous délivrer un visa, certains pays peuvent exiger :

- une attestation certifiée de vérification des antécédents judiciaires auprès de la Gendarmerie royale du Canada ou de votre service de police locale;

- un certificat médical, signé par votre médecin, attestant que vous êtes en bonne santé et exempt de toute maladie contagieuse;
- un certificat médical attestant que vous n'êtes pas infecté par le virus de l'immunodéficience humaine (VIH);
- un certificat de vaccination contre la fièvre jaune (si vous arrivez d'une région infectée).

Pour obtenir de plus amples renseignements sur les exigences en matière de visa, consultez le site voyage.gc.ca/conseils ou communiquez avec l'ambassade ou le consulat de votre pays de destination. N'oubliez pas de vérifier les exigences en matière de visa des pays où vous pourriez faire escale ou que vous pourriez visiter durant votre séjour à l'étranger.

Visa ou permis de travail : tous les pays exigent que vous ayez une permission spéciale d'entrer si vous prévoyez occuper un emploi durant votre séjour. Votre employeur éventuel devra peut-être vous parrainer pour que vous puissiez obtenir un visa ou un permis de travail. Il lui incombera peut-être aussi d'obtenir pour vous ce document, ou encore vous devrez l'obtenir vous-même par l'entremise de l'ambassade ou du consulat de votre pays de destination. L'obtention d'un visa de travail peut prendre plusieurs mois. Il est donc important d'amorcer le processus longtemps avant votre départ. Renseignez-vous sur les implications d'un changement d'emploi après votre arrivée dans le pays concerné. Un tel changement pourrait annuler votre visa ou vous obliger à quitter le pays et y revenir avec un nouveau visa.

Visa vacances-travail : Le Canada a conclu des ententes de réciprocité avec un grand nombre de pays. Ces ententes visent à favoriser les échanges entre citoyens en leur permettant de voyager à l'étranger tout en occupant un emploi de courte durée.

Visa d'étudiant : La plupart des pays exigent un visa d'étudiant pour des études de courte ou de longue durée. Un visa ou permis de résidence peut également être exigé.

Visa de bénévolat : Certains pays exigeront un visa de bénévolat pour vous permettre d'exercer des activités de bienfaisance ou non rémunérées. D'autres exigeront un visa ou un permis de travail, même si vous êtes bénévole.

Visa ou permis de résidence : Si vous demeurez dans un pays au-delà de la période visée par un visa de touriste ordinaire (habituellement de trois à six mois), par exemple pour prendre votre retraite à l'étranger, vous devrez obtenir un visa ou un permis de résidence.

Visa de conjoint ou d'époux : Certains pays vous accorderont un visa d'époux ou un visa de conjoint, comportant habituellement une période de validité précise, si vous êtes marié – ou prévoyez vous marier – avec l'un de leurs citoyens ou résidents permanents.

Certificat d'inscription au registre des étrangers : À votre arrivée dans votre pays de destination, vous devrez peut-être obtenir un certificat d'inscription au registre des étrangers. Vous devrez le porter sur vous en tout temps à des fins d'identification et comme preuve de votre statut, puis le remettre aux autorités locales avant votre départ.

ÉVALUEZ LES COÛTS

Avant de quitter le Canada, assurez-vous que vous pouvez vous permettre un déménagement à l'étranger :

- **Renseignez-vous sur le coût de la vie dans votre pays de destination**, car le salaire moyen au Canada peut ne pas suffire ailleurs. Tenez compte de l'inflation et des fluctuations du taux de change probables durant votre séjour à l'étranger.
- **Informez-vous du coût de l'expédition de vos effets personnels.** N'apportez que le nécessaire et vérifiez ce qu'il sera possible de vous procurer dans l'autre pays. Si vous comptez occuper un emploi ou faire du bénévolat, vérifiez si votre employeur ou le service de recrutement paiera le coût du déménagement de vos effets personnels ou s'il vous fournira les biens essentiels à votre arrivée.
- **Dans votre pays de destination, assurez-vous d'avoir suffisamment d'argent pour vous installer convenablement**, y compris pour couvrir des dépenses comme le dépôt de garantie de location et le raccordement aux services publics. Dans plusieurs pays, les logements convenables sont dispendieux, en particulier si vous avez besoin d'un logement meublé.
- **Établissez un « fonds d'urgence »** ou prenez des dispositions avec des membres de votre famille ou des amis pour qu'ils vous aident au cas où vous seriez à court d'argent à l'étranger ou que vous deviez revenir subitement au Canada.

- **Tenez compte de tous les droits et impôts à payer sur votre revenu de retraite ou autre.** Les non-résidents du Canada doivent payer de l'impôt sur les revenus d'autres sources au Canada et peuvent être assujettis à une double imposition dans leur pays de destination.
- **Tenez compte non seulement du coût du voyage vers votre pays de destination, mais aussi des frais engendrés par votre retour au Canada**, possiblement sur une base régulière. Plusieurs pays obligent les visiteurs étrangers à se procurer un billet de retour valide, indiquant une date de retour dans les délais permis par les autorités de l'immigration. Si vous devez revenir subitement au Canada, votre billet d'avion pourrait vous coûter beaucoup plus cher qu'un billet ordinaire en classe économique.
- **Consultez la section « Gérez votre argent »** à la page 26 pour des conseils sur les opérations bancaires, l'établissement d'un budget et d'autres questions financières pendant votre séjour à l'étranger.



UNE FOIS À L'ÉTRANGER

SOYEZ PRUDENT

Même si vous vous sentez en sécurité dans votre pays de destination, il est essentiel de vous protéger contre le crime :

- Demeurez vigilant et à l'affût de ce qui se passe autour de vous. Réduisez au maximum votre consommation d'alcool; ne consommez pas et ne transportez pas de stupéfiants, et ne vous impliquez pas dans leur trafic.
- Faites vous-même vos valises et ne les laissez jamais sans surveillance. Ne traversez jamais la frontière avec des articles, pas même une enveloppe, pour une autre personne. Dissimulez dans une ceinture porte-billets ou une pochette se portant autour du cou tous les articles qui sont difficiles à remplacer : passeport, cartes de crédit et de débit, argent, billet d'avion et de train, copie de votre police d'assurance, ordonnances et coordonnées de votre médecin. Conservez en lieu sûr des photocopies de tous vos documents importants, au cas où les originaux seraient volés ou perdus.
- Soyez à l'affût des criminels qui ciblent les étrangers. Seuls ou en groupes, ils se font souvent passer pour de bons samaritains, ou créent une diversion pour dévaliser leurs victimes. Soyez également prudents à l'égard des « nouveaux amis », y compris les habitants locaux, les autres étrangers et même les Canadiens que vous rencontrez à l'étranger.
- Évitez de vous faire remarquer ou de donner l'impression que vous êtes perdu ou vulnérable. Sachez où vous allez, ce que vous faites et comment revenir à votre point de départ. Ayez toujours sur vous l'adresse de l'endroit où vous logez. Étudiez à l'avance le plan des rues avant de sortir. Évitez de consulter une carte dans un lieu public ou dissimulez-la sous un journal. Évitez de vous retrouver dans un lieu isolé.
- Évitez de vous afficher avec des appareils photo, des bijoux ou autres accessoires d'apparence luxueuse qui risquent de vous faire paraître comme un étranger fortuné.
- N'utilisez que les entreprises de taxi légales et reconnues. Ne prenez jamais un taxi dont le chauffeur vous approche dans l'aire des arrivées d'un aéroport. Ces services sont souvent illégaux et pourraient ne pas être sécuritaires. Demandez à une personne de confiance de vous recommander une entreprise de taxi reconnue et évitez le risque de héler un taxi sans permis dans la rue.

Les médicaments et la drogue en voyage

La plupart des pays infligent des peines sévères dans les cas de possession de drogues illicites, même si les quantités sont infimes. Même les médicaments d'ordonnance et les seringues utilisées à des fins médicales font l'objet d'une surveillance rigoureuse et devraient être transportés avec la documentation appropriée. Pour de plus amples renseignements, consultez la page voyage.gc.ca/drogues.

- Méfiez-vous de la fraude liée aux cartes de crédit. Ne laissez jamais votre carte de crédit sans surveillance. Si vous utilisez un guichet automatique, faites-le pendant les heures de bureau à l'intérieur d'une banque, d'un supermarché ou d'un grand immeuble commercial. Prenez note des numéros de cartes de crédit et de débit de façon à pouvoir les faire annuler rapidement.

Le saviez-vous?

Dans certains pays, les visiteurs sont tenus d'avoir en tout temps sur eux des pièces d'identité avec photo, telles qu'un passeport ou une carte de résident. Un manquement à cette obligation peut entraîner une arrestation, l'imposition d'une amende ou d'autres conséquences graves.



UN TOIT SUR LA TÊTE

Vous aurez probablement besoin d'hébergement temporaire avant de vous installer dans votre pays de destination. Soyez prudent dans le choix d'un hébergement à court comme à long terme.

- Assurez-vous de vous sentir en sécurité dans votre lieu d'hébergement et dans le quartier où il se trouve. Les portes se verrouillent elles convenablement? Y a-t-il des alarmes à incendie et des voies d'évacuation? Ne logez pas à un endroit où vous ne vous sentez pas en sécurité.
- Évitez les logements au rez de chaussée ou auxquels on peut accéder facilement de l'extérieur (en passant par un balcon ou en empruntant une sortie de secours, par exemple).
- Soyez au courant des risques liés aux lieux d'hébergement bon marché, tels que les auberges de jeunesse et les dortoirs. Ne laissez jamais vos objets de valeur ou vos documents de voyage dans votre chambre, et gardez-les près de vous si vous dormez dans un dortoir. Rappelez-vous qu'accepter l'hospitalité offerte par un inconnu pourrait vous attirer des ennuis.
- Même si vous choisissez un lieu d'hébergement de luxe, vous devez faire preuve de vigilance en tout temps. Assurez-vous que la porte est verrouillée, même lorsque vous êtes à l'intérieur. N'ouvrez jamais la porte à qui que ce soit sans regarder par l'œil magique et assurez-vous d'utiliser la chaîne de la porte ou de vérifier l'identité du visiteur.
- Ne laissez jamais une fenêtre ouverte, surtout si le lieu où vous logez est situé au rez de chaussée ou s'il y a un balcon.

SOINS DE SANTÉ

Si vous passez une longue période à l'étranger, vous pourriez être davantage exposé à des risques pour la santé que si vous y faisiez un bref séjour. Vous devrez peut-être apprendre à vous procurer des aliments et à les préparer de façon sûre, et à savoir comment vous procurer de l'eau potable et sécuritaire. Vous devrez aussi avoir accès à des soins de santé, pour vous-même et pour les membres de votre famille.

Pour les Canadiens qui résident à l'étranger, la question des soins de santé revêt une grande importance, car peu de pays ont des systèmes de soins aussi complets et aussi économiques que le Canada. Certains pays ont un système complet qui vous couvrira, après un certain délai, si vous immigrerez. Cependant, la plupart des pays n'offrent pas de tels régimes.



De nombreux pays en développement offrent à leurs citoyens et à leurs résidents permanents un régime gratuit de soins médicaux. Toutefois, la plupart des Canadiens qui vivent dans ces pays optent pour des soins privés, qu'on peut obtenir plus rapidement et qui sont habituellement de meilleure qualité. Dans la plupart des pays, les établissements de soins privés sont assez avancés, et vous pourrez habituellement y recevoir immédiatement des soins, moyennant des frais. De fait, la plupart des Canadiens optent pour des services médicaux privés et veillent à se procurer une assurance complémentaire ou une assurance de remplacement. Pour de plus amples renseignements, voir la section « Souscrivez la meilleure assurance possible » à la page 14.

Le saviez-vous?

À votre arrivée dans votre pays de destination, prenez soin de repérer un hôpital ou une clinique de bonne réputation près de chez vous et notez les heures d'ouverture. N'attendez pas une urgence – il pourrait être trop tard! Communiquez avec l'ambassade ou le consulat canadien le plus près pour obtenir une liste des cliniques et des hôpitaux de l'endroit.

Souvenez-vous qu'il est préférable d'éviter les hôpitaux et les cliniques dentaires dans les pays où les normes d'hygiène laissent à désirer. Pour obtenir de l'information selon le pays, consultez voyage.gc.ca/conseils.

CHOC CULTUREL

La majorité des gens qui résident à l'étranger traversent une période d'adaptation que l'on appelle choc culturel. Cette forme de stress psychologique touche même les expatriés les plus aguerris et survient lorsque les repères et les habitudes qui nous sont familiers ne sont plus présents.

Ces symptômes peuvent être éphémères ou durer plusieurs mois, et leur intensité varie d'une personne à l'autre. Les personnes qui sont aux prises avec des problèmes de santé mentale avant le départ, tels que l'anxiété ou la dépression, sont le plus à risque. Il est important de reconnaître les symptômes d'un choc culturel, qui évoluent habituellement selon un modèle connu.

Pendant la première phase, souvent appelée la « lune de miel », la plupart des rencontres sont perçues comme étant stimulantes et positives. La deuxième phase se caractérise par ce que l'on décrit souvent comme une « sensation de vide ». La personne

éprouve alors un sentiment de déracinement et de malaise général. Voici quelques-uns des symptômes que l'on peut observer :

- de la colère, de la frustration et de l'irritabilité, en particulier la perte du sens de l'humour;
- des sentiments négatifs à l'endroit des habitants et de la culture du pays de destination;
- de l'ennui, de la fatigue et une incapacité à se concentrer ou à travailler de manière efficace.

À la troisième et dernière phase, la personne commence à accepter son nouveau milieu et fait un compromis entre la lune de miel et la sensation de vide.



Amortissez le choc

Le meilleur moyen de faire face au choc culturel consiste à faire un effort conscient pour vous adapter à votre nouveau milieu :

- **Apprenez à connaître les règles de votre pays de destination** et efforcez-vous de rencontrer les gens de l'endroit. La communication sera plus facile si vous savez comment saluer les gens, quelle tenue vestimentaire adopter et comment vous comporter.
- **Prenez le temps d'apprendre la langue.** Cela vous facilitera la vie et témoignera de votre désir de vous intégrer au milieu. Apprenez d'abord quelques phrases simples, puis enrichissez graduellement votre vocabulaire.
- **Apprenez à découvrir une facette de la culture locale**, par exemple participez à une activité musicale ou culinaire, ou initiez-vous à un nouveau sport ou à un art martial. Vous créez ainsi de nouveaux liens et développerez un sentiment d'appartenance.
- **Restez en communication avec votre famille et vos amis au Canada.** Le fait de leur parler de vos expériences et de leur confier vos problèmes pourra vous aider à vous adapter à votre nouveau milieu.
- **Prenez soin de vous.** Mangez bien, limitez la consommation d'alcool, faites de l'exercice et dormez suffisamment. Si vous prenez des médicaments pour un problème de santé mentale, ne diminuez pas les doses ou n'interrompez pas la prise du médicament durant cette période.
- **Prenez le temps de voyager et d'explorer les attraits du pays.**
- **Évitez d'idéaliser la vie au Canada.** Tâchez de profiter au maximum de votre séjour et gardez l'esprit ouvert.
- **Envisagez de tisser des liens avec les autres expatriés canadiens** afin d'atténuer votre isolement.

GÉREZ VOTRE ARGENT

La gestion des finances – que ce soit l'établissement d'un budget et des opérations bancaires, le paiement de l'impôt ou l'achat d'une propriété – fait partie intégrante de la vie à l'étranger. Il peut être difficile d'évaluer ce que vous pouvez dépenser en raison de besoins imprévus ou de votre connaissance limitée de la monnaie et des prix locaux. Si vous êtes rémunéré avec la devise du pays, vous pourriez être vulnérable à l'inflation et aux fluctuations du taux de change. Votre revenu pourrait diminuer en raison, entre

autres, d'une récession, de l'effondrement du marché boursier et de la dévaluation de la devise dans laquelle sont versés votre régime de retraite ou d'autres avantages sociaux. Assurez-vous que votre revenu est suffisant pour répondre à vos besoins, et qu'il le demeurera.

C'est aussi une bonne idée de consulter un planificateur financier privé, qui peut vous conseiller sur des sujets comme les cotisations à un régime enregistré d'épargne-retraite et au Régime de pensions du Canada pendant votre séjour à l'étranger.

OUVERTURE D'UN COMPTE EN DEVICES ÉTRANGÈRES

Il est pratiquement certain que vous voudrez ouvrir un compte bancaire dans votre pays de destination, de préférence un compte qui peut être alimenté par un compte au Canada. Pour ce faire, vous devrez vous rendre dans une institution financière locale, muni de votre passeport, de votre permis de résidence et de l'information relative à vos comptes au Canada (y compris le numéro d'identification de la succursale et le numéro de vos comptes). Un employé qui parle anglais ou français sera probablement en mesure de vous aider. Le processus peut être complexe et prendre du temps. Il est donc important d'avoir une autre source de revenus durant cette période.

CONSEILS SUPPLÉMENTAIRES CONCERNANT LES OPÉRATIONS BANCAIRES À L'ÉTRANGER

- Informez votre banque et la société émettrice de votre carte de crédit de la durée de votre absence du Canada.
- Vérifiez la possibilité de virer des fonds entre votre compte à l'étranger et votre compte au Canada. Renseignez-vous sur les montants qu'il vous sera permis de transférer au Canada. Ces opérations peuvent être rigoureusement réglementées par votre pays de destination.
- Conservez tous les reçus, les relevés de transactions et les documents relatifs aux transferts financiers.
- N'échangez des fonds qu'avec des agents autorisés pour éviter d'enfreindre les lois du pays.
- Prévoyez divers moyens d'accéder à vos fonds à l'étranger, par exemple des cartes de crédit ou de débit et de l'argent liquide.

RECEVOIR UNE PENSION DE L'ÉTAT À L'ÉTRANGER

Des prestations du Régime de pensions du Canada (RPC), du Régime des rentes du Québec (RRQ) et autres prestations de Sécurité de la vieillesse (SV) peuvent vous être versées alors que vous résidez à l'étranger, mais à certaines conditions.

Les prestations du RPC et du RRQ sont versées à l'extérieur du Canada si la personne satisfait à toutes les conditions d'admissibilité. La pension de SV est versée à l'extérieur du Canada si le bénéficiaire a résidé au Canada pendant au moins 20 ans après avoir atteint l'âge de 18 ans. Le régime de SV vise à garantir un revenu minimum aux retraités. L'admissibilité est déterminée selon un critère de revenus. Pour avoir droit aux prestations de la SV à l'extérieur du Canada, vous êtes habituellement tenu de produire une déclaration annuelle de revenus et d'y déclarer tout revenu gagné, peu importe l'endroit dans le monde. Pour de plus amples renseignements, consultez prestationsducanada.gc.ca.

FISCALITÉ

Vos obligations fiscales durant votre séjour à l'étranger reposent en grande partie sur le fait que vous êtes ou non résident du Canada. Votre statut de résidence est déterminé par de nombreux facteurs, y compris le but et le caractère permanent de votre séjour à l'étranger, la durée et la fréquence de vos visites au Canada et les liens de résidence que vous y entretenez. Examinez bien votre situation avec l'Agence du revenu du Canada (ARC) afin d'éviter les surprises.

Pour des renseignements afin de déterminer votre statut de résidence, consultez « Particuliers – départ du Canada, entrée au Canada et non-résidents » de l'ARC (arc.gc.ca/internationale). Une fois que vous avez vérifié votre statut de résidence, vous pouvez trouver des informations spécifiques à votre situation en tant que Canadien vivant à l'étranger, comme par exemple la trousse d'impôt que vous devez utiliser; votre admissibilité au crédit fédéral pour impôt étranger et au crédit d'impôt pour emploi à l'étranger; vos droits d'accès aux différents crédits et prestations en tant que Canadien vivant à l'étranger; et des détails sur des conventions fiscales conclues entre le Canada et certains pays qui vous éviteront d'être imposé deux fois sur le même revenu.

Le Bureau international des services fiscaux de l'ARC traite les déclarations de revenus des non résidents et des résidents réputés du Canada, y compris les Canadiens qui travaillent à l'étranger. Il fournit également de l'assistance par téléphone et par la poste, et traite tous les comptes de retenue des non-résidents.

Pour de plus amples détails, consultez voyage.gc.ca/impot.



Services bancaires en ligne

La plupart des institutions financières vous permettent d'accéder à votre compte pour en vérifier le solde, régler vos factures et virer des fonds où que vous soyez dans le monde. Il n'est pas recommandé d'effectuer des transactions dans les cybercafés ou autres endroits où le service Internet est accessible au public, car il est difficile de savoir si les ordinateurs contiennent des programmes de piratage pouvant s'emparer de vos renseignements personnels et bancaires. Si vous devez effectuer des transactions à l'aide d'un ordinateur public, assurez-vous d'effacer toute trace en nettoyant la mémoire cache du navigateur Internet.

Le saviez-vous?

En règle générale, vous n'êtes pas admissible à des prestations d'aide sociale, d'invalidité ou d'autres formes d'assistance sociale lorsque vous résidez à l'étranger. Communiquez avec les autorités provinciales ou territoriales canadiennes pour obtenir plus de détails.

QUESTIONS JURIDIQUES

En résidant à l'étranger, vous êtes assujéti aux lois et aux règlements de votre pays de destination. Votre citoyenneté canadienne ne vous offre aucune immunité. En cas de doute, demandez un avis juridique. L'ambassade ou le consulat canadien le plus près peut vous fournir une liste d'avocats qui parlent français et qui pourront peut-être vous aider.

MARIAGE ET DIVORCE

Les lois et les procédures régissant le mariage et le divorce varient grandement d'un pays à l'autre et donnent souvent lieu à des complications imprévues.

- Si vous planifiez vous marier durant votre séjour à l'étranger, sachez que certains pays appliquent des restrictions sévères quant au droit de la femme à l'obtention d'une propriété, d'un héritage, du divorce, d'une pension alimentaire ou de la garde des enfants. Le mari peut avoir le droit d'imposer des contrôles rigoureux sur sa femme et ses enfants, et les empêcher de revenir au Canada sans sa permission.
- Assurez-vous de bien comprendre les lois et les traditions du pays de destination en ce qui concerne les relations de couple et le mariage, et leurs implications pour les enfants. Renseignez-vous sur les règles qui régissent la garde des enfants et la répartition du droit de propriété en cas de séparation ou de divorce. Si votre conjoint est citoyen de votre pays de destination, il pourrait avoir plus de droits que vous en tant qu'étranger. Vous pourriez également être désavantagé si les décisions concernant la garde des enfants sont traditionnellement prises en fonction du sexe du parent ou de l'appartenance religieuse. Communiquez avec un représentant des services juridiques ou avec les autorités appropriées de votre pays de destination pour obtenir plus de renseignements.
- Vérifiez si un mariage ou un divorce obtenu dans votre pays de destination sera légalement reconnu à votre retour au Canada.

- Si votre futur conjoint n'est pas Canadien, communiquez avec le bureau de Citoyenneté et Immigration Canada à l'étranger, afin de vérifier s'il aura le droit de rentrer au Canada avec vous sur une base temporaire ou permanente.
- Pour de plus amples détails, consultez notre page « Mariage à l'étranger » à voyage.gc.ca/mariage.

Le saviez-vous?

En cas de litige concernant la garde d'enfants alors que vous vivez à l'étranger, vous pouvez communiquer avec Affaires mondiales Canada, par l'entremise de notre Centre de surveillance et d'intervention d'urgence (voir page 10).

Le saviez-vous?

Bien que le mariage de conjoints de même sexe soit légal au Canada, de nombreux pays ne reconnaissent pas ce type d'union. Ce sont les unions civiles entre partenaires de même sexe qui sont plus souvent reconnues à l'étranger. Les Canadiens qui essaient de visiter un pays étranger en tant que couple marié de même sexe peuvent se voir refuser l'entrée par les autorités frontalières. De plus, dans certains pays, les activités homosexuelles sont une infraction criminelle et peuvent entraîner des peines sévères, dont l'emprisonnement ou la peine de mort. Pour des renseignements selon les pays, consultez notre page Conseils aux voyageurs et avertissements ou adressez-vous à l'ambassade ou au consulat des pays concernés au Canada.

Le saviez-vous?

Ce ne sont pas tous les pays qui possèdent des lois régissant les activités des avocats et des agents immobiliers aussi rigoureuses que celles du Canada. Par exemple, dans plusieurs endroits, les règles régissant les conflits d'intérêts chez les avocats peuvent être empreintes de laxisme. Les agents immobiliers en Amérique latine et aux Caraïbes n'ont pas besoin de compétences particulières et il ne leur est pas interdit de promouvoir des ventes dans lesquelles ils ont un intérêt non déclaré. De plus, les autorités locales peuvent faire fi des plaintes déposées par des résidents étrangers concernant des transactions suspectes, en particulier si l'avocat ou l'agent concerné est un membre établi du milieu.

ACHAT D'UNE PROPRIÉTÉ

Faire l'acquisition d'une propriété dans un autre pays constitue une décision majeure. Les lois et les coutumes concernant l'immobilier peuvent être très différentes à l'étranger et comporter des risques et des problèmes inattendus en ce qui concerne le droit de propriété. Par exemple, au Mexique, les étrangers doivent détenir un permis spécial pour acheter un terrain et ils peuvent acheter une propriété uniquement dans les régions côtières et frontalières, et ce, par l'entremise d'une société de fiducie.

- Utilisez de la prudence si vous prévoyez acheter une propriété. Il est habituellement préférable de louer un logement avant de s'engager dans l'achat d'une maison. Renseignez-vous sur les lois locales visant l'immobilier et sur tous les aspects de l'achat, y compris les affirmations visant l'accès à une plage, qui peuvent se révéler fausses. Consultez voyage.gc.ca/conseils pour vérifier si les problèmes de fraude immobilière sont répandus dans le pays de destination.



- Recourez aux services d'un représentant juridique spécialisé en droit immobilier dans ce pays, qui ne représentera que vous et qui n'aura aucun lien avec les autres parties impliquées dans la transaction (p. ex. un agent immobilier ou un vendeur). Si possible, choisissez un avocat canadien spécialisé en droit de votre pays de destination. Ne signez aucun document sans le faire examiner avec soin par votre avocat. Si les choses tournaient mal, n'oubliez pas que les litiges immobiliers sont des affaires juridiques privées qui ne peuvent être résolues que par des tribunaux du pays concerné et dans lesquelles le gouvernement du Canada ne peut intervenir.
- Rédigez un testament de façon à éviter des problèmes aux héritiers légaux de votre propriété ou d'autres biens que vous possédez à l'étranger.

Corruption

La *Loi sur la corruption d'agents publics étrangers* du Canada interdit aux citoyens canadiens ou aux entreprises canadiennes de verser des pots-de-vin à des agents publics étrangers en vue d'obtenir ou de conserver un avantage commercial. Un Canadien qui consent ou offre un prêt, une récompense, un avantage ou tout autre bénéfice à un agent public étranger (ou une autre personne agissant au nom de celui-ci) peut être traduit en justice devant un tribunal canadien ou étranger. Une infraction à la Loi est une infraction criminelle, passible d'une peine d'emprisonnement pouvant aller jusqu'à cinq ans.

IMMIGRATION ET CITOYENNETÉ

Vous voudrez peut-être demander la résidence permanente, la citoyenneté ou les deux, selon la réglementation en matière d'immigration du pays où vous vivez. Dans les deux cas, vous établissez un statut légal qui va au delà de celui de visiteur pour un bref séjour. Soyez conscient des implications, y compris de la probabilité que vous ne puissiez plus obtenir d'aide consulaire canadienne dans ce pays. Pour des renseignements supplémentaires, reportez-vous à la section « La double citoyenneté – avantage ou inconvénient? » à la page 9 ou consultez notre publication *La double citoyenneté : Ce que vous devez savoir*.

RÈGLEMENTS EN MATIÈRE D'IMMIGRATION

Les règlements en matière d'immigration varient considérablement d'un pays à l'autre, mais ils reposent généralement sur trois éléments : l'emploi, l'investissement et les liens familiaux. Certains pays acceptent comme candidats à l'immigration des gens qui jouissent d'un revenu minimum garanti – y compris des prestations d'un régime de retraite. Par exemple, le Mexique a une catégorie de candidats admissibles appelée *immigrante rentista* ou immigrants à long terme, composée de retraités et d'autres résidents permanents. Par contre, les États-Unis ne reconnaissent pas la retraite comme une raison valable pour devenir un résident permanent sur leur territoire.

De nombreux pays exigent que vous fassiez votre demande d'immigration avant d'arriver. D'autres permettent à des personnes admises comme touristes de faire leur demande sur place. Communiquez avec les autorités de l'immigration de votre pays de destination pour en savoir plus.

RÈGLEMENTS CONCERNANT LES VISITEURS TEMPORAIRES

Les retraités qui passent quelques mois par année à l'étranger, les bénévoles, les étudiants et les autres Canadiens qui résident à l'étranger pour moins de six mois peuvent visiter bon nombre de pays à titre de touristes. Un passeport valide est souvent l'unique exigence d'entrée.

Cependant, certains pays imposent des restrictions sévères quant à la durée de séjour permise. Par exemple, le Costa Rica limite les séjours des touristes à un maximum de 90 jours. Les étudiants doivent obtenir un visa approprié des autorités costaricaines et fournir une preuve d'inscription dans un établissement accrédité.

Il faut bien réfléchir avant de s'établir dans un pays où l'entrée est seulement permise en tant que touriste, en particulier si vous prévoyez faire l'achat d'une maison. Il est peut-être préférable de présenter une demande de résidence légale, ce qui éliminerait les restrictions quant à la durée de votre séjour et vous donnerait une assurance raisonnable de pouvoir revenir en tout temps au pays. Devenir légalement résident d'un autre pays ne vous empêchera pas de conserver une résidence canadienne.

Droit inné d'être canadien

Les parents canadiens ne sont pas tenus d'enregistrer la naissance d'un enfant né à l'étranger. Néanmoins, vous voudrez peut-être obtenir une preuve de citoyenneté de votre enfant, car vous en aurez besoin pour obtenir son passeport. Communiquez avec l'ambassade ou le consulat canadien le plus près pour présenter une demande de certificat de citoyenneté canadienne ainsi qu'un passeport pour votre enfant. Amorcez le processus à l'avance, car cela peut être long. Pour des renseignements supplémentaires, consultez le site Web de Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada à cic.gc.ca.

CONDUITE AUTOMOBILE

Les accidents de la circulation sont la principale cause de blessures et de décès chez les gens qui voyagent à l'étranger. Prenez des précautions particulières lorsque vous conduisez à l'étranger :

- Vérifiez si les lois du pays exigent un permis de conduire international (PCI). Il peut être délivré par l'Association canadienne des automobilistes (caa.ca) et prouve que vous êtes titulaire d'un permis de conduire valide au Canada. N'oubliez pas que le PCI n'est valide que pour un an à compter de la date de délivrance ou jusqu'à l'expiration de votre permis de conduire canadien, selon la première des deux occurrences.

- Conservez votre permis canadien et renouvelez-le avant la date d'expiration, car il pourrait s'avérer difficile de le remplacer depuis l'étranger. Notez que dans certains pays, les conducteurs étrangers sont tenus d'obtenir un permis de conduire local après une certaine période.
- Vérifiez si vous êtes assuré pour conduire à l'étranger et prévoyez une couverture multirisque pour pertes ou dommages, responsabilité, collision, frais médicaux résultant d'un accident et d'autres risques.
 - Familiarisez-vous avec les lois de la circulation locale et respectez les limites de vitesse, les niveaux d'alcool permis, les procédures de sécurité routière et autres exigences mécaniques.
 - Conduisez prudemment. Les habitudes de conduite et les conditions routières peuvent varier considérablement d'un pays à l'autre. Planifiez soigneusement vos trajets routiers et sachez toujours où vous allez.
 - Verrouillez toujours les portières pour éviter que des pirates de la route et des voleurs n'embarquent avec vous de force.
 - Si vous conduisez un véhicule importé du Canada, assurez-vous qu'il est équipé pour la conduite locale : par exemple convertisseur de phare pour la conduite à gauche, trousse de dépannage, autoadhésif ovale à l'arrière indiquant « CDN » (code de pays pour le Canada sur la plaque d'immatriculation).
 - Avant d'acheter un véhicule à l'étranger, vérifiez si vous serez autorisé à le ramener au Canada. Pour de plus amples renseignements, consultez la publication intitulée *L'importation d'un véhicule au Canada* de l'Agence des services frontaliers du Canada (asfc.gc.ca).



SERVICES CONSULAIRES

Les agents consulaires canadiens sont prêts à vous aider dans les ambassades et les consulats partout dans le monde.

Nous offrons les services suivants :

- Aider en cas d'urgence médicale, en fournissant une liste de médecins et d'hôpitaux de la région.
- Aider à coordonner une évacuation médicale s'il n'est pas possible d'obtenir le traitement nécessaire localement (des frais s'appliquent).
- Fournir des conseils et les coordonnées des services policiers et médicaux de la région si vous êtes victime d'un vol, d'une agression sexuelle ou d'une autre forme de violence.
- Fournir une liste d'avocats de la région.
- Indiquer des sources de renseignements sur les lois et les règlements du pays.
- Si vous êtes arrêté ou détenu, veiller à ce que vous soyez traité de façon équitable en vertu des lois du pays.
- Remplacer un passeport volé, perdu, endommagé ou expiré (des frais s'appliquent).
- Communiquer avec vos parents ou vos amis pour leur demander de vous envoyer de l'argent ou des billets d'avion.
- Avec votre permission, communiquer avec un proche parent si vous avez eu un accident ou si vous êtes détenu par la police.
- Fournir des conseils sur l'inhumation d'un Canadien à l'étranger ou vous aider quant au rapatriement d'une dépouille au Canada (des frais s'appliquent).

Cependant, nous ne pouvons pas offrir les services suivants :

- Intervenir dans des questions juridiques privées.
- Enquêter sur un crime ou un décès.
- Demander aux autorités locales de vous accorder un traitement préférentiel.
- Organiser un voyage.
- Vous aider à trouver un emploi.
- Vous aider à trouver un logement.

Vous trouverez la liste complète des services que nous pouvons offrir et des services que nous ne pouvons pas offrir à voyage.gc.ca/servicesofferts. Une liste des ambassades et des consulats partout dans le monde se trouve à voyage.gc.ca/bureaux.

Le saviez-vous?

Les services consulaires d'urgence sont assurés jour et nuit, sept jours par semaine. Voir la section « En cas d'urgence... » à la page 10 pour de plus amples renseignements.

Prévoyez un plan d'urgence

Si vous résidez à l'étranger, il est essentiel pour vous-même et vos proches d'avoir un plan d'urgence. Ce plan vous permettra de :

- **savoir quoi faire** en cas de crise majeure, par exemple à la suite d'une catastrophe naturelle ou de troubles civils;
- **repérer des chemins sûrs** depuis votre domicile et votre lieu de travail et des lieux de rencontre sécuritaires pour vous retrouver tous ensemble;
- **monter une trousse de survie de 72 heures**, qui comprendra de la nourriture, de l'eau, une lampe de poche et d'autres articles de base.

Pour en savoir davantage sur l'élaboration d'un plan d'urgence, consultez preparez-vous.gc.ca.

DÉCÈS À L'ÉTRANGER

Si un parent ou un ami canadien décède à l'étranger, vous devriez communiquer sans tarder avec l'ambassade ou le consulat canadien le plus près ou avec notre Centre de surveillance et d'intervention d'urgence. Les agents consulaires pourront vous aider à prendre les dispositions nécessaires pour :

- enregistrer le décès auprès des autorités du pays de destination et des autorités provinciales ou territoriales canadiennes;
- obtenir les documents appropriés, dont un certificat de décès, un rapport d'autopsie ou un rapport de police;
- obtenir des renseignements sur les circonstances entourant le décès;
- faire rapatrier la dépouille au Canada.

Des frais pourraient s'appliquer. Pour d'autres renseignements, consultez voyage.gc.ca/servicesofferts.





Vote

Les Canadiens admissibles peuvent voter aux élections fédérales s'ils résident temporairement à l'étranger. Pour voter par bulletin spécial, vous devez d'abord présenter une demande d'inscription et de bulletin de vote spécial à Élections Canada. Lors du déclenchement d'une élection, vous recevrez une trousse de vote accompagnée d'instructions à suivre. Pour de plus amples renseignements, consultez voyage.gc.ca/vote.

MAINTENEZ LES LIENS

Aussi merveilleuse que puisse être la vie à l'étranger, vous pourriez découvrir que vous avez plus que jamais besoin de maintenir les liens avec le Canada. Le fait de parler de vos expériences et de vos difficultés avec des membres de votre famille et vos amis et de recevoir des nouvelles d'eux peut avoir une influence apaisante pendant que vous vous habituez à la vie d'étranger dans un pays lointain. Le maintien d'un réseau de soutien solide au Canada facilitera aussi votre retour éventuel au pays.

Tenez vos contacts au Canada informés de vos allées et venues et de tout changement dans vos projets. Les agents consulaires du Canada reçoivent d'innombrables appels d'amis ou de parents inquiets qui sont sans nouvelles de leurs proches à l'étranger. Ne vous attendez pas à ce que les communications soient partout aussi faciles qu'au Canada.

Téléphone : Dans plusieurs pays, les services de télécommunications ne sont pas fiables et sont plus coûteux qu'au Canada. Vous ne pourrez peut-être pas obtenir une ligne terrestre immédiatement. Les temps d'attente dans plusieurs pays peuvent prendre des mois, et il faut parfois faire d'importants dépôts en espèces, en particulier si l'on est un étranger. Un téléphone cellulaire est souvent un meilleur choix qu'une ligne terrestre dans les pays qui offrent des services de téléphonie mobile.

Internet : Le Web est accessible à peu près partout dans le monde, mais il est limité par l'infrastructure et les technologies réseau de chaque pays. Il peut être difficile d'obtenir des connexions Internet privées. Ne vous attendez pas à obtenir le même accès haute vitesse dans un pays en développement que celui que vous auriez au Canada.

Télévision et radio : Les émissions de télévision canadiennes sont accessibles partout dans le monde par Internet et par satellite. Branchez-vous à Radio-Canada International à rcinet.ca pour accéder à des émissions en ligne sur le Canada.

Poste : Les services postaux sont souvent lents et peu fiables dans les pays en développement. Il peut se révéler plus pratique de faire acheminer votre courrier à un service d'expédition au Canada et de vous le faire réacheminer périodiquement par un service de messagerie.

Réseau des expatriés canadiens : L'appartenance au réseau des expatriés canadiens pourrait atténuer votre sentiment de choc culturel et vous apporter un soutien essentiel pendant que vous vous acclimitez à votre nouveau milieu et que vous cherchez à nouer des contacts.

Information sur les voyages : Obtenez de l'information à jour en consultant les Conseils aux voyageurs et avertissements (voyage.gc.ca/conseils), la page Dernières nouvelles (voyage.gc.ca/dernieresnouvelles), les fils RSS (voyage.gc.ca/filsrss), et en vous branchant sur Twitter ([@VoyageGdC](https://twitter.com/VoyageGdC)), sur Facebook (facebook.com/voyageGdC) ou sur Foursquare (foursquare.com/voyagegdc).

Restez branché : Téléchargez notre application mobile **Bon voyage** sur voyage.gc.ca/mobile afin d'obtenir de l'information clé pendant vos voyages.

RETOUR AU CANADA

PLANIFIEZ VOTRE RETOUR

Attendez-vous à devoir vous rajuster lors de votre retour au Canada. Vous pourriez connaître un choc culturel inverse, qui pourrait se manifester entre autres par un sentiment d'anxiété, de « déconnexion » et même de dépression. Un peu de planification peut grandement faciliter votre retour au pays.

AUTORISATION DE DÉPART ET TAXES ET IMPÔTS

Il est important de remplir toutes vos obligations avant de quitter votre pays de destination. Assurez-vous d'avoir réglé vos factures ou pris les mesures nécessaires à cet égard. Si vous avez obtenu la citoyenneté, la résidence permanente ou toute autre forme de statut légal dans ce pays, vous aurez peut-être besoin d'une autorisation de départ. Celle-ci est habituellement donnée à la suite d'une inspection satisfaisante des documents de voyage, des permis et d'autres formulaires officiels. Par exemple, certains pays exigent une déclaration des autorités fiscales du pays attestant que vous avez respecté toutes vos obligations. D'autres pays mettront fin à votre permis de résidence si vous partez pour de bon ou pour une période prolongée.

Attendez-vous à payer une taxe de départ dans la devise du pays. D'autres pays où vous ferez escale en revenant au Canada peuvent également imposer des frais.

CE QUE VOUS POUVEZ RAPPORTER AU CANADA

Selon la durée de votre séjour à l'étranger, à votre retour, vous pourriez devoir vous conformer à des dispositions relatives à l'importation pour vos articles ménagers et vos effets personnels. Déclarez tous les articles achetés à l'étranger, que ce soit pour vous-même ou pour offrir en cadeau. Conservez tous les reçus au cas où ils vous seraient demandés.

Rapporter des animaux de compagnie

Si vous ramenez au Canada un chat ou un chien, vous devrez présenter un certificat attestant que l'animal a été vacciné contre la rage. Pour d'autres animaux, il vous faudra peut-être un permis d'importation. Pour de plus amples renseignements, consultez voyage.gc.ca/animauxdecompagnie.



Aucune restriction n'est imposée sur les sommes d'argent que vous pouvez rapporter au Canada. Toutefois, si la valeur est de 10 000 \$ et plus, vous devez la déclarer à l'agent des douanes.

Pour de plus amples détails sur ce que vous pouvez rapporter au Canada, consultez voyage.gc.ca/douanes.

SOUVENIRS ILLÉGAUX

Des restrictions s'appliquent à certains produits que vous pourriez vouloir rapporter au Canada. Si vous envisagez importer de la viande, des œufs, des produits laitiers, des fruits ou légumes frais, des plantes, des animaux ou des produits fabriqués avec des plumes ou des peaux d'animaux, communiquez au préalable avec l'Agence des services frontaliers du Canada pour obtenir des conseils. Pour obtenir des renseignements à jour sur les exigences liées à l'importation, consultez voyage.gc.ca/douanes.

Plusieurs articles rapportés illégalement au Canada, tels que l'ivoire d'éléphant, les bijoux en corail et les écailles de tortue de mer proviennent

d'espèces et de plantes en voie de disparition. Ils font partie des 34 000 espèces réglementées par la Convention sur le commerce international des espèces de faune et de flore sauvages menacées d'extinction (CITES). Une infraction à cette convention pourrait entraîner la saisie de votre achat, à laquelle pourraient s'ajouter une amende ou une peine de prison, ou les deux. Vous trouverez plus de détails dans le site Web de la CITES d'Environnement Canada à ec.gc.ca.

Sachez également qu'il pourrait être défendu de rapporter au Canada des biens culturels, notamment des antiquités et des fossiles, dont la vente ou l'exportation est interdite ou contrôlée par votre pays de destination. Les contrevenants s'exposent à de lourdes peines, et l'article peut être confisqué et retourné dans le pays d'origine. Pour de plus amples renseignements, consultez les autorités frontalières de votre pays de destination ou Patrimoine canadien à patrimoinecanadien.gc.ca/voyage.

Questions médicales après le voyage

Si vous êtes malade ou vous ne vous sentez pas bien après votre retour au Canada, vous devriez consulter votre médecin sans tarder. Précisez que vous avez résidé à l'étranger, les pays que vous avez visités, si vous étiez malade à l'extérieur du Canada ainsi que les traitements médicaux que vous avez reçus.

Le saviez-vous?

- Il est illégal de faire entrer du matériel obscène, de la pornographie juvénile ou du matériel de propagande haineuse au Canada.
- Les produits interdits au Canada en raison de dangers pour la sécurité sont énumérés dans le site Web de Santé Canada sous « Sécurité des produits de consommation » (hc-sc.gc.ca).
- Vous pouvez obtenir de l'information sur l'importation d'armes dans le site Web du Programme canadien des armes à feu (grc.gc.ca/pcaf).

NUMÉRO D'ASSURANCE SOCIALE

Si vous avez résidé à l'étranger pendant une longue période et que vous n'avez pas produit de déclaration de revenus pendant au moins cinq ans, votre numéro d'assurance sociale a peut être été désactivé. Pour le faire réactiver, vous devrez fournir une preuve d'identité et une explication satisfaisante concernant la période d'inactivité. Pour de plus amples renseignements, consultez le site Web de Service Canada à servicecanada.gc.ca, visitez le bureau de Service Canada le plus près ou composez le **1-800-206-7218** (depuis le Canada) ou le **506-548-7961** (depuis l'étranger).

RÉGIMES D'ASSURANCE-MALADIE PROVINCIAUX OU TERRITORIAUX

Votre régime d'assurance-maladie provincial ou territorial ne sera plus en vigueur si vous avez résidé à l'étranger pendant un certain temps, habituellement après six mois. À votre retour, il pourrait y avoir un délai avant que votre régime puisse être rétabli. L'assurance de remplacement que vous avez souscrite pour votre séjour à l'étranger pourra vous couvrir durant cette période. Sinon, des régimes d'assurance-maladie sont accessibles aux visiteurs temporaires et il est possible de souscrire cette assurance dès l'arrivée au Canada.

Présentez une demande de rétablissement de votre régime d'assurance-maladie provincial ou territorial dès votre retour au Canada. Pour obtenir d'autres renseignements ou pour connaître les conditions qui s'appliquent, communiquez avec les responsables des soins de santé de votre région. Vous trouverez des hyperliens vers les sites Web officiels des gouvernements provinciaux et territoriaux à canada.gc.ca/othergov-autregouv/prov-fra.html.

POUR DE PLUS AMPLES RENSEIGNEMENTS

AFFAIRES MONDIALES CANADA

voyage.gc.ca
125, promenade Sussex
Ottawa (Ontario) K1A 0G2

Renseignements généraux

1-800-267-6788 (depuis le Canada et les États-Unis) ou 613-944-6788
ATS : 1-800-394-3472 (depuis le Canada et les États-Unis) ou 613-944-1310
voyage@international.gc.ca

Urgences

voyage.gc.ca/urgences
613-996-8885 (appels à frais virés de l'étranger, si le service est offert)
sos@international.gc.ca

Publications (gratuites)

Vous pouvez consulter nos publications sur les voyages à voyage.gc.ca/publications ou les commander en appelant au 1-800-267-8376 (depuis le Canada) ou au 613-944-4000.

Conseils aux voyageurs et Avertissements

Voir voyage.gc.ca/conseils pour obtenir des renseignements essentiels sur la sécurité, les lois et les coutumes du pays, les conditions sanitaires et les conditions d'entrée pour plus de 200 destinations. Ces conseils peuvent aussi être obtenus par téléphone : 1-800-267-6788 (depuis le Canada et les États-Unis) ou 613-944-6788.

Information sur la santé des voyageurs

Voir voyage.gc.ca/sante pour les conseils aux voyageurs en matière de santé et une liste des cliniques santé-voyage au Canada.

Restez branché

Twitter ([@voyageGdC](https://twitter.com/voyageGdC))

Facebook (facebook.com/voyageGdC)

Foursquare

(foursquare.com/voyagegdc)

Dernières nouvelles

(voyage.gc.ca/nouvelles)

Fils RSS (voyage.gc.ca/rss)

Accessibilité pour les voyageurs handicapés

voyage.gc.ca/voyageurshandicapes

Bureaux du gouvernement du Canada à l'étranger

voyage.gc.ca/bureaux

Exigences en matière d'importation pour les Canadiens

voyage.gc.ca/douanes

Inscription des Canadiens à l'étranger

voyage.gc.ca/inscription

Lettre de consentement pour les enfants voyageant à l'étranger

voyage.gc.ca/lettre

Obligations fiscales des Canadiens à l'étranger

voyage.gc.ca/impot

Passeports canadiens

voyage.gc.ca/passeport

Rétroaction sur les services consulaires

voyage.gc.ca/retroaction

Services consulaires destinés aux Canadiens

voyage.gc.ca/servicesofferts

Voter aux élections fédérales à l'étranger

voyage.gc.ca/vote

Voyager avec des animaux de compagnie

voyage.gc.ca/animauxdecompagnie

Voyager avec des enfants

voyage.gc.ca/enfant

AGENCE CANADIENNE D'INSPECTION DES ALIMENTS

pensez-y.gc.ca

1-800-442-2342

Centre de service à l'importation

1-800-835-4486

AGENCE DE LA SANTÉ PUBLIQUE DU CANADA

santevoyage.gc.ca

Information générale et recommandations en santé-voyage

phac-aspc.gc.ca/tmp-pmv/info/

index-fra.php

AGENCE DES SERVICES FRONTALIERS DU CANADA

asfc.gc.ca

Service d'information sur la frontière

1-800-461-9999 (depuis le Canada),
ou 204-983-3500 ou 506-636-5064

AGENCE DU REVENU DU CANADA

arc.gc.ca

Bureau international des services fiscaux

1-800-267-5177 (depuis le Canada et les États-Unis) ou 613-952-3741

Comptes des retenues des non-résidents

1-800-267-3395 (depuis le Canada et les États-Unis) ou 613-952-2344 (les appels à frais virés sont acceptés)

IMMIGRATION, RÉFUGIÉS ET CITOYENNETÉ CANADA

cic.gc.ca

Télécentre de CIC

1-888-242-2100 (depuis le Canada)
ATS : 1-888-576-8502 (depuis le Canada, de 8 h à 16 h, HNE)

ÉLECTIONS CANADA

elections.ca

Renseignements généraux

1-800-463-6868 (depuis le Canada et les États Unis) ou 613-993-2975
ATS : 1-800-361-8935 (depuis le Canada et les États Unis)

ENVIRONNEMENT ET CHANGEMENT CLIMATIQUE CANADA

www.ec.gc.ca

1-800-668-6767 (au Canada) ou
819-997-1840
cites@ec.gc.ca

PASSEPORT CANADA

pasportcanada.gc.ca

Passeports, certificats d'identité et documents de voyage

1-800-567-6868 (depuis le Canada et les États-Unis) ou 819-997-8338 (de l'étranger)

ATS : 1-866-255-7655 (depuis le Canada et les États Unis) ou
514-283-5197 (de l'étranger)

PATRIMOINE CANADIEN

patrimoinecanadien.gc.ca/voyage

Programme des biens culturels mobiliers

1-866-811-0055 ou 819-997-7761
bcm-mcp@pch.gc.ca

SÉCURITÉ PUBLIQUE CANADA

preparez-vous.gc.ca
1-800-622-6232
info@preparez-vous.ca



Immigration, Réfugiés
et Citoyenneté Canada

Immigration, Refugees
and Citizenship Canada

International
Experience
Internationale



VOYAGER et **TRAVAILLER** à l'étranger

www.canada.ca/iec-eic

1-877-461-2346



Canada

Vivre à l'étranger : Aide-mémoire

Mesures importantes à prendre avant de quitter le Canada

- Déterminez si vous êtes prêt à vivre à l'étranger en examinant les avantages et les inconvénients de vous adapter à une autre langue, un autre rythme de vie, d'autres lois et coutumes, un autre climat et d'autres conditions de sécurité.
- Vérifiez le caractère légitime du projet de travail, d'études, de bénévolat, de retraite ou d'autres projets à l'étranger.
- Consultez nos Conseils aux voyageurs (voyage.gc.ca/conseils) et la publication *Bon voyage, mais... Renseignements indispensables aux voyageurs canadiens*. (voyage.gc.ca/publications).
- Assurez-vous que vous pouvez vous permettre de déménager à l'étranger en évaluant les coûts (par exemple transport, expédition de vos effets personnels, installation dans une nouvelle résidence, coût de la vie).
- Prévoyez vos besoins de santé à long terme en obtenant une évaluation de santé avant votre départ, les vaccins, les ordonnances, les fournitures médicales, une paire de lunettes de réserve, une assurance complémentaire ou de remplacement.
- Vérifiez si la double citoyenneté pourrait vous occasionner des complications dans votre pays de destination.
- Obtenez tous les documents de voyage nécessaires (par exemple passeports, visas, certificats médicaux, vérifications d'antécédents judiciaires). Remettez des copies de vos documents et de votre police d'assurance à des amis ou des membres de la famille au Canada.
- Si vous déménagez à l'étranger avec des enfants, ayez en main une lettre de consentement attestant qu'ils ont la permission de voyager. Cette lettre doit être signée par chaque personne légalement habilitée à prendre des décisions importantes en son nom et qui n'accompagne pas l'enfant. Vérifiez auprès des autorités de l'immigration du pays de destination s'il y a d'autres conditions d'entrée à remplir. Repérer des services de garderie ou des écoles appropriées.
- Inscrivez-vous au Service d'inscription des Canadiens à l'étranger (voyage.gc.ca/inscription) afin que nous puissions communiquer avec vous et vous aider en cas d'urgence.
- Conservez avec vous une carte de coordonnées d'urgence pour rejoindre le bureau du gouvernement du Canada le plus proche dans le pays où vous vous rendez (voyage.gc.ca/carte).



Commentaires

Votre opinion compte pour nous et nous aidera à continuer de vous offrir des services consulaires de premier ordre.

Pour nous faire part de vos commentaires, consultez voyage.gc.ca/retroaction.