

SAGUENAY

Ville *accueillante,
inclusive et diversifiée...*

Mon milieu de vie!



GUIDE

À L'INTENTION DES NOUVEAUX ARRIVANTS

Avec la participation financière de :

Québec 

Ville de
Saguenay

PRÉSENTATION DU GUIDE

Le guide **SAGUENAY, MON MILIEU DE VIE -**
Guide à l'intention des nouveaux arrivants

vous aidera à mieux vous situer par rapport aux services, activités, programmes, ressources, installations et infrastructures de votre nouveau milieu de vie.

Ce guide a pour principal objectif de vous accueillir et de faciliter votre installation, tout en vous donnant l'information nécessaire pour une intégration rapide et réussie, dans plusieurs domaines de la vie : social, économique, politique, culturel, etc.


Mon milieu de *vie!*

TABLE DES MATIÈRES

La Ville de Saguenay	5
Important à savoir	8
Les saisons, la température et la météo	12
 S'HABILLER	14
 SE LOGER	16
 SE DÉPLACER	22
 SE NOURRIR	30
 SE SOIGNER	34
 ÉTUDIER	40
 TRAVAILLER	46
 ENTREPRENDRE	48
 SE DIVERTIR	50
Services aux citoyens	52
Démarches et services d'immigration	56
Vie démocratique et citoyenne	60
Ressources	63
Remerciements	67



SAGUENAY VOUS SOUHAITE *la bienvenue!*

Saguenay est une ville *accueillante, inclusive et diversifiée*, encadrée par un paysage boréal à couper le souffle!

Située dans une vallée aux abords de la rivière Saguenay, elle est en amont du fjord du Saguenay et en aval du Horst de Kénogami. Elle offre une qualité de vie exceptionnelle ainsi qu'un milieu de vie dynamique, sécuritaire, diversifié et inclusif. Une panoplie de services, de ressources, d'activités, de programmes de formations, d'emplois, d'installations et d'infrastructures adaptées pour les familles et les individus de tous âges, où urbanité et ruralité se côtoient.

SAGUENAY AUJOURD'HUI!



La ville de Saguenay fait partie de la **région administrative 02** du **Saguenay-Lac-Saint-Jean**.



Une des **10 villes en importance au Québec** par sa population de plus de **148 250 habitants** (2022).



Un vaste territoire par sa superficie de **1 136 km²**, soit deux fois celle de Montréal.

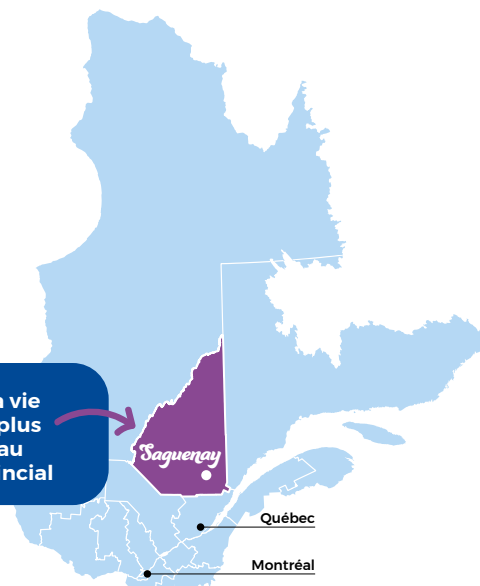
Métropole polycentrique de sa région administrative, Saguenay compte **trois arrondissements urbains** : **Chicoutimi**, **Jonquière** et **La Baie**, de même que leurs secteurs périphériques : Laterrière, Canton Tremblay, Lac-Kénogami et Shipshaw.

De magnifiques endroits où s'établir à long terme!

Ville urbaine et tout près de la nature!



Le coût de la vie est l'un des plus abordables au niveau provincial



Situer Saguenay

Il est possible de se rendre à Saguenay par divers moyens :



Par la route : On accède à Saguenay par la route 175.



Par le train : La gare du VIA-Rail est située dans l'arrondissement Jonquière. viarail.ca



Par les airs : L'aéroport Saguenay-Bagotville, situé dans l'arrondissement de La Baie, est à la fois un aéroport civil et une base militaire opérationnelle. aeroport.saguenay.ca



Par la mer : Saguenay est pourvue d'un parc industrialo-portuaire qui constitue une excellente porte d'entrée pour toute l'Amérique du Nord. portsaguenay.ca

Vitalité ÉCONOMIQUE

À SAGUENAY, VOUS BÉNÉFICIEZ DE L'UN DES PLUS FAIBLES COÛTS DE LA VIE AU QUÉBEC



Revenu médian de 50 673 \$ (2021) selon l'Institut de la Statistique du Québec.



Plusieurs emplois disponibles dans différents domaines.



+4500 entreprises

34 pôles d'emplois

1 Cité du Savoir et de la Santé

1 artère commerciale majeure

3 parcs industriels majeurs

3 parcs mixtes

3 secteurs para-industriels

8 grands secteurs d'activités :

- L'industrie forestière
- L'énergie hydroélectrique
- La production de l'aluminium
- Les services publics
- Le numérique et les technologies
- Le tourisme
- Le savoir et la recherche
- Le bioalimentaire

promotion.saguenay.ca

Photo : JM Decoste



Un vaste territoire, AUX MULTIPLES POSSIBILITÉS...



74 km de sentiers pédestres



164 km de pistes cyclables

230 infrastructures sportives

213 parcs

121 emplacements récréatifs

66 patinoires extérieures

55 centres communautaires et culturels

11 espaces « Ados »
(planche à roulettes, BMX et pistes à rouleaux)

10 arénas

10 piscines intérieures et extérieures

5 centres de ski (fond et alpin),
ainsi que de pêche blanche

Également, patinage libre, bains libres, pentes à glisser, locations d'embarcations et de vélos adaptés, aires d'entraînement, parcs canins, centres de plein air...

Un milieu culturel DYNAMIQUE ET ACTIF



4 bibliothèques publiques



3 centres culturels



Animations et activités culturelles
(enfants, familles, Éveil à la lecture, rencontres
avec des artistes, camps estivaux culturels, etc.)

ville.saguenay.ca/activites-et-loisirs

Une vie communautaire ET UN MILIEU ACTIF

Plus de **440 organismes disponibles**
pour répondre aux différents enjeux
des citoyens.

Ces organismes assurent une offre
de services variés et dynamiques
dans différents domaines :

**action communautaire, sportif,
culturel, événementiel, plein air, etc.**

loisirs.saguenay.ca



Consultez le calendrier
des activités à faire à
Saguenay et découvrez des
sorties pour tous les goûts!

sorties.saguenay.ca

Important À SAVOIR

Stationnement l'hiver



Avec l'arrivée de la saison froide, pour faciliter le déneigement des rues de la ville de Saguenay, il est interdit, **du 15 novembre au 1^{er} avril**, de stationner tout véhicule dans les rues ou terrain de stationnement public, entre minuit et 7 heures du matin.

Des amendes seront remises en cas de non-respect de cette norme.

Changement des pneus (hiver et été)



Tout véhicule **doit, obligatoirement, être chaussé de pneus pour l'hiver du 1^{er} décembre au 15 mars.**

Toutefois, les conditions printanières pouvant s'étirer au-delà de cette date à Saguenay, il est recommandé de vous assurer qu'il est sécuritaire de procéder à la pose de vos pneus toutes saisons ou de vos pneus d'été.

Déneigement du logement



Il faut bien **dégager la neige de l'entrée, des escaliers et des issues de secours**, et ce, afin de garantir la sécurité des résidents.

L'utilisation des pelles et du sel de déglacage sont nécessaires.

Certains services payants de déneigement existent.

Température ressentie



Indice utilisé en prévention contre **le grand froid ou la canicule**. Il tient compte de la température mesurée, de la vitesse du vent et de l'humidité ambiante.

La température ressentie est un indice qui exprime la sensation subjective de froid ou de chaleur en tenant compte des vents et de l'humidité.

Pannes électriques (lors de situation météorologique exceptionnelle)



Il peut arriver **que les conditions météorologiques causent des bris ou problèmes quelconques** qui entraînent des coupures d'électricité.

Dans ce cas, visitez le site Web de votre fournisseur d'électricité pour connaître les détails de la panne ainsi que le moment approximatif de retour du service.

Changements d'heure



L'heure est avancée le deuxième dimanche de mars (UTC - 4 h) et revient à la normale le premier dimanche de novembre (UTC - 5 h).

Bruit après 22 heures



Il est défendu de se servir, **entre 22 h et 7 h**, d'une machine ou d'un instrument, muni ou non d'un moteur électrique ou à carburant, de façon à ce que le bruit en soit entendu aux limites du terrain.

Il est également défendu de faire tout bruit considérable, qui pourrait altérer le calme du milieu.

Avertisseur de fumée



Un avertisseur de fumée (ou détecteur de fumée) alerte les occupants d'une maison par un signal sonore lorsqu'il y a présence de fumée.

Il est obligatoire dans toutes les maisons, appartements et autres.

Vérifier l'état des piles aux six mois est aussi nécessaire.

Service d'urgence 9-1-1



Si vous êtes dans une situation **nécessitant une aide urgente et immédiate**, composez le 9-1-1.

Exemples :

- Vol
- Incendie
- Accident
- **Problème de santé grave**
- Etc.

Déclaration d'impôts



Tous les résidents doivent faire une déclaration annuelle de leurs revenus, quelle qu'en soit la source, aux fins des impôts provincial et fédéral.

Celle-ci doit être acheminée à chacun des gouvernements au plus tard le 30 avril de l'année civile qui suit l'année d'imposition, ou le 15 juin pour les travailleurs autonomes.

Taxes à la consommation



S'appliquent lors de l'achat d'un bien (pantalon, barre tendre, cellulaire, etc.) **ou d'un service** (coupe de cheveux, service technique ou professionnel, etc.).

Deux niveaux de taxes existent au Canada : la taxe fédérale et la taxe provinciale. Au fédéral, il s'agit de la taxe sur les produits et services (TPS) de 5 % et au provincial, il s'agit de la taxe de vente du Québec (TVQ) de 9,975 %.

Il importe donc de les calculer et de les ajouter à la valeur de l'article ou du service pour en connaître le coût final.

Pourboire



Le pourboire est la norme à partir du moment où vous recevez un service.

Cette règle inclut donc les services fournis dans les bars, restaurants, cafés ou par les coiffeurs, livreurs (de repas et de courses) et taxis.

Il n'est pas nécessaire de laisser un pourboire lorsque l'on achète un vêtement dans un magasin car aucun service n'est en général couplé à cette vente.

Les pourcentages varient en fonction du service fourni et de sa nature. Ils se situent globalement tous entre 10 % et 15 % du prix avant les taxes.

Animaux dans les logements



Il peut être difficile de trouver un logement lorsque l'on possède un animal.

En effet, les propriétaires ont le droit, sauf exception, de refuser les animaux dans le bail.

Et lorsqu'ils sont acceptés, des conditions s'imposent.

Enregistrement d'animaux



Toute personne qui est gardien d'un chien ou d'un chat dans les limites de la ville **doit, chaque année, se procurer une licence pour cet animal auprès de l'autorité compétente, soit la SPCA Saguenay.**

La date limite pour effectuer le paiement est le 30 juin.

animaux.saguenay.ca

Garderie



Vous pouvez inscrire votre enfant, de 0 à 5 ans, à un service de garde (en ligne ou par téléphone).

Trois services sont possibles :

Les centres de la petite enfance (CPE);

Les services de garde en milieu familial;

Les garderies privées (subventionnées et non subventionnées).

Pour consulter le répertoire des services de garde dans la région et pour connaître la procédure d'inscription, accédez au guichet d'accès unique **La Place 0-5 :**

laplace0-5.com

Consultez également le regroupement des **centres de la Petite Enfance** du Saguenay-Lac-Saint-Jean et le Bureau coordonnateur de la garde en milieu familial :

garderiesauquebec.ca/saguenay-lac-saint-jean

Vous y retrouverez également des informations pertinentes et les coordonnées de l'organisation afin que quelqu'un puisse répondre à vos questions.

Une plateforme a été conçue afin de regrouper tous les établissements scolaires du Québec.

Plateforme gouvernementale de recherche d'établissements scolaires :

donneesquebec.ca

Collecte des matières résiduelles

Lorsque vous emménagez à Saguenay, trois bacs sont nécessaires pour jeter vos résidus :



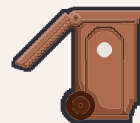
Bac noir :

pour les déchets non recyclables, ni compostables. Vous devez vous le procurer à vos frais.



Bac bleu :

pour tout ce qui se recycle. Fourni par la Ville.



Bac brun :

pour les matières organiques compostables. Fourni par la Ville.

Pour savoir ce qui doit être déposé dans quel bac et connaître l'horaire des collectes de votre secteur :

environnement.saguenay.ca





Les saisons, LA TEMPÉRATURE ET LA MÉTÉO

**Au Québec, il existe quatre saisons :
hiver, printemps, été et automne.**

Toutefois, la température varie de façon importante tout au long de l'année. D'où l'importance de bien surveiller la météo, spécialement pendant l'hiver!



La température est généralement calculée en degrés Celsius (°C) au Québec.

Hiver

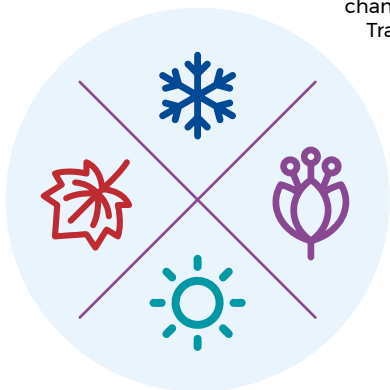
C'est la saison la plus froide de l'année et la neige recouvre le sol. Cependant, de nombreuses activités peuvent être pratiquées : patinage, glissades, ski, raquette, etc.

En hiver, la température peut descendre sous les - 30 °C. En considérant le facteur vent, la température ressentie peut osciller autour des - 40 °C.

Une attention particulière doit être portée à la façon de s'habiller en hiver.

Printemps

La température commence à changer et à se réchauffer. Tranquillement, la neige fond et la végétation apparaît et laisse la place au vert exubérant.



Automne

Tout commence à se refroidir, les feuilles des arbres changent de couleur puis tombent. Écoles, cégeps et universités démarrent leurs activités. C'est une belle saison pour marcher.

L'été, il peut arriver que la température grimpe jusqu'à 30 °C. En tenant compte du taux d'humidité dans l'air (facteur humidex), la température ressentie peut surpasser les 40 °C.

Il faut faire attention également aux journées de canicule durant l'été, soit de chaleur extrême où la température dépasse 31 °C pendant la journée et ne descend pas sous les 20 °C pendant la nuit.

Il est alors très important de bien s'hydrater.

Été

Le vert de la végétation s'installe, les températures montent et peuvent atteindre plus de 28 °C. De nombreuses activités sont possibles sur le territoire, et des événements et festivals vous sont offerts. Les parcs, les piscines, les plans d'eau, les terrains de sports et plus encore sont accessibles au public.

Pour consulter les prévisions météorologiques :

meteomedia.com



Photo : Paul Cimon

LES PARTICULARITÉS DE L'HABILLEMENT HIVERNAL



Chapeau,

qui garde la tête au chaud et couvre bien les oreilles.



Foulard ou cache-cou,

afin d'empêcher le froid d'entrer dans le corps et de perdre de la chaleur.



Gants ou mitaines,

afin de bien protéger les mains et éviter des brûlures aux doigts.



Manteau,

afin de protéger le corps et les organes du froid. Il faut s'assurer qu'il est efficace pour protéger des températures hivernales.



Bottes,

afin de protéger les pieds du froid. Pour les enfants, il faut s'assurer qu'elles soient doublées, avec feutre et imperméables.



Pantalons d'hiver,

afin de protéger du froid et de permettre aux enfants de jouer et profiter de l'hiver.

En plus des différentes boutiques sur le territoire de Saguenay (boutiques, artisans locaux et centres commerciaux), différentes options vous permettent de vous habiller à petits prix.



Friperies et comptoirs vestimentaires

Boutiques et lieux de récupération de vêtements d'occasion (usagés) qui privilégient le recyclage tout en offrant les articles à moindre coût.

Des vêtements pour chaque saison y sont disponibles.

De plus, dans certaines des ces boutiques, jouets, livres, vaisselle ainsi que certains petits appareils électroménagers et électroniques sont vendus à prix concurrentiels!



Bébés et jeunes enfants

Une attention particulière doit être portée à l'habillement d'hiver pour les bébés et jeunes enfants.



Il faut toujours valider, s'assurer et demander conseil à propos des vêtements adéquats à porter selon la saison.



Se loger

Au Québec, **la majorité des logements, à louer ou à vendre, se libèrent le 1^{er} juillet.** Toutefois, la recherche d'un logement ou d'une maison peut se faire en tout temps.

COMMENT TROUVER UN LOGEMENT?



Recherche sur les **sites de petites annonces** ou les **réseaux sociaux**.



Tous les logements ne sont pas affichés en ligne.

Cherchez des **affiches « À louer »** qui sont apposées sur les murs extérieurs des bâtiments.

Pour vous aider dans vos démarches, des organisations telles l'**Office municipal d'habitation Saguenay** peuvent vous aider.

Informez-vous!

omhsaguenay.qc.ca



Marche à suivre lorsque vous trouvez un logement qui vous plaît :

- Ciblez bien vos besoins;
- Communiquez avec le propriétaire pour lui poser vos questions et pour planifier une visite;
- À la suite de la visite, si le logement vous convient, vous pouvez procéder à la signature du bail.

saguenaycapitale.ca/se-loger-a-saguenay



Aide financière au logement

Voir les différents programmes suivants :

- Allocation-logement;
- Habitation à loyer modique (HLM);
- Supplément au loyer;
- Aide financière pour logement abordable.

quebec.ca/habitation-et-logement/location/aides-financieres-au-logement

Le bail

Le bail est un contrat de location qui vous engage à effectuer le paiement du loyer, à chaque mois, pour vivre dans un logement.



Avant de signer le bail, assurez-vous de bien lire et de comprendre toutes les clauses. Tout ce dont vous avez convenu avec le propriétaire doit y être inscrit.

Assurez-vous que la durée couverte par le bail vous convienne.

logisquebec.com/guide-du-locataire/le-bail-un-contrat-specifique

Avant de parler de la signature du bail, il est possible que le propriétaire vous demande quelques informations.



✓ **Ce que le propriétaire a le droit de vous demander :**

- Nom et prénom;
- Adresse civique actuelle;
- Si vous acceptez, quelques informations personnelles telles les coordonnées de vos anciens propriétaires (afin de connaître vos habitudes de paiement);
- Il est possible qu'on vous demande l'autorisation de faire une enquête de crédit.



✗ **Ce que le propriétaire ne peut pas vous demander :**

- Numéro d'assurance sociale (NAS);
- Numéro de permis de conduire;
- Numéro d'assurance maladie (RAMQ);
- Une caution (garantie);
- De payer un ou plusieurs mois d'avance.

Pour connaître vos droits en matière de logement, consultez le site suivant :

educaloi.qc.ca/categories/logement

OBLIGATIONS ET RESPONSABILITÉS DES PARTIES

Responsabilités des locataires :

- Payer son loyer à la date prévue au bail;
- Entretenir le logement;
- Ne pas faire de changements majeurs;
- Remettre le logement dans l'état où il a été reçu;
- Ne pas troubler la tranquillité et la vie des autres locataires. Tout locataire s'assure qu'aucun bruit excessif (personne, animaux, activité, etc.) ne cause de dérangement ou d'inconvénient aux autres locataires.

Quitter un logement

Si vous souhaitez quitter votre logement, vous devez en informer votre propriétaire dans un délai précis. Il est possible que vous deviez faire une sous-location ou une cessation de bail. Des modalités spécifiques s'appliquent.

Pour connaître les modalités selon votre situation, consultez :
educaloi.qc.ca/categories/logement

Obligations des propriétaires :

- Offrir un logement en bon état;
- Faire les réparations nécessaires;
- Ne pas faire de changements au prix en dehors des dates prévues à cet effet, ni sans avis préalable;
- Ne pas faire de changements majeurs (nombre de pièces, accès à une porte, etc.) sans avis préalable;
- Favoriser une utilisation adéquate pendant toute la durée du bail.

Important À SAVOIR

Au Québec, la discrimination est interdite.

Il en est de même pour le domaine du logement. Ainsi, un propriétaire ne peut refuser la location d'un logement pour des motifs prévus par la *Charte des droits et libertés de la personne du Québec*, soit :

La race et la couleur;

Le sexe;

L'identité ou l'expression de genre;

La grossesse, c'est-à-dire le fait d'être enceinte ou en congé parental;

L'orientation sexuelle;

L'état civil, c'est-à-dire la situation familiale d'une personne (être célibataire, marié, divorcé, avoir ou non des enfants);

L'âge;

La religion;

Les convictions politiques;

La langue;

L'origine ethnique ou nationale;

La condition sociale, c'est-à-dire la situation sociale d'une personne en raison de son revenu, de son métier ou de son niveau de scolarité (être étudiant, retraité ou sans emploi, par exemple);

Le handicap et l'utilisation d'un moyen pour pallier ce handicap ([avoir recours à un chien d'assistance](#) ou se déplacer en fauteuil, par exemple).

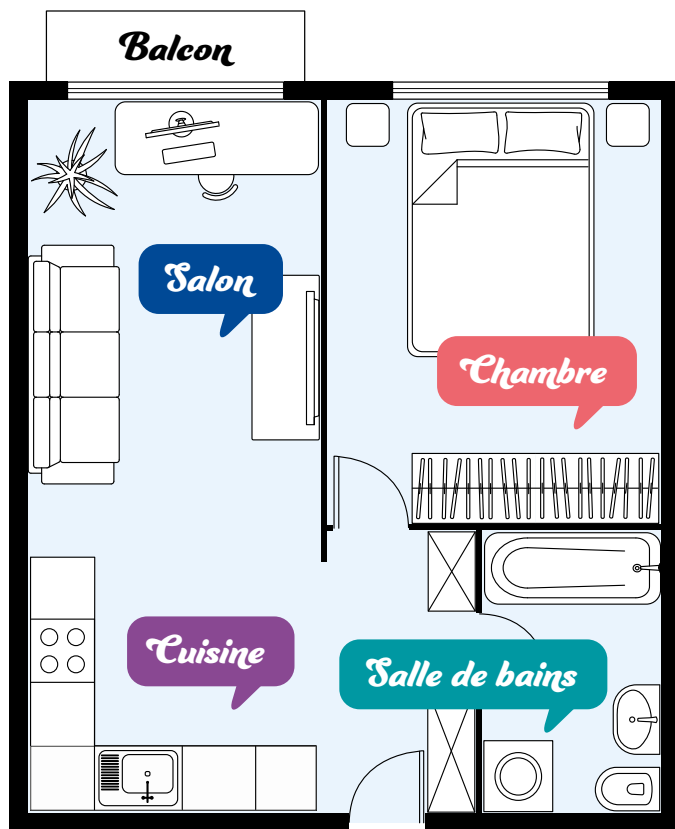
[educaloi.qc.ca/capsules/
logement-la-discrimination-est-interdite](http://educaloi.qc.ca/capsules/logement-la-discrimination-est-interdite)

legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/lc/C-12

cdpdj.qc.ca



Un logement à SAGUENAY!



Facteurs qui peuvent influencer le coût du loyer :

- Nombre de pièces;
- Localisation du bâtiment;
- Proximité des services;
- Logement meublé, semi-meublé ou non meublé;
- Inclusion de certains frais, tels le chauffage, l'électricité, internet, etc.;
- Les rénovations du logement.

Alternatives aux logements de type appartement

Il existe des alternatives aux logements de type appartement. Sur le territoire de Saguenay, il y a des coopératives d'habitation, des HLM, des habitations partagées, etc.

Si vous désirez procéder à l'achat d'une résidence



Pour procéder à l'achat d'une résidence, vous pouvez procéder par vous-même et effectuer la démarche, ou faire affaire avec un courtier immobilier qui vous accompagnera et se chargera des différentes modalités administratives.

Faites vos recherches afin d'évaluer la meilleure option pour vous!

PETIT GLOSSAIRE POUR LA LOCATION DE LOGEMENT

A/C	Air climatisé
Assurance habitation	Tout locataire doit se procurer une assurance habitation. Il est de la responsabilité du locataire d'assurer ses biens. Cette assurance permet, en cas de sinistre, de vol ou autres, d'obtenir une compensation financière ou matérielle pour les biens perdus ou brisés.
Bail	Contrat obligatoire pour la location d'un logement. Celui-ci lie le propriétaire et le locataire. En échange du paiement du loyer, il permet au locataire de demeurer dans le logement et lui assure la jouissance paisible des lieux. Cette signature a des implications légales.
C.C. ou CH	Chambre à coucher
Chauffé/éclairé	Cela signifie que les dépenses reliées au chauffage et à l'électricité sont incluses dans le prix du loyer.
Entrée laveuse-sécheuse	Cela signifie que l'appartement peut accueillir une laveuse et une sècheuse.

Fournisseurs d'électricité	Hydro-Québec Hydro-Jonquière
Meublé	Tous les meubles nécessaires sont inclus.
Non-fumeur (NF)	Il n'est pas permis de fumer à l'intérieur du logement.
Non meublé	Aucun meuble n'est inclus.
P.C.	Pieds carrés
Semi/demi sous-sol	Cela signifie que le logement se situe au niveau du sous-sol.
Semi-meublé	La cuisinière et le réfrigérateur sont inclus.
Taille du logement 3 ½	Il s'agit du nombre total de pièces. Une salle de bain est considérée comme la moitié d'une pièce. Ex. : Dans le cas d'un 3 ½, le logement possède : • 1 salon; • 1 cuisine; • 1 chambre; • 1 salle de bain (représenté par 1/2).
Tout inclus	Tous les frais (internet, électricité, chauffage) sont inclus dans le prix du loyer.

Tribunal administratif du logement

Celui-ci détient une compétence exclusive dans le domaine du logement locatif pour entendre toutes les demandes relatives au bail d'un logement.

tal.gouv.qc.ca

Exemples :

- Cession de bail ou sous-location d'un logement;
- Déménagement avant la fin du bail;
- Protection de la résidence familiale;
- Résiliation d'un bail;
- Colocation;
- Expulsion et/ou éviction;
- etc.



Se déplacer

Transport ET MOBILITÉ

SERVICE DE TRANSPORT *en commun*



La Société de transport du Saguenay (STS) propose un service d'autobus aux citoyens.

Différents tarifs sont en vigueur pour les familles, les jeunes de moins de 17 ans et les personnes âgées (âge d'or). Notez que les enfants de moins de 5 ans sont admis gratuitement.

Accès étudiant : les étudiants bénéficient d'un tarif partenaire durant leurs études. Certaines conditions s'appliquent.

Pour connaître les modalités, tarifs et horaires des trajets :

sts.saguenay.ca



Carte Accès : la carte à puce de la Société de transport du Saguenay!

Cette carte électronique vous permettra de voyager à travers tout le réseau de transport en commun. Elle offre la possibilité de charger tous les titres de transport mensuel, et vous pouvez même en faire un PME (un portefeuille électronique).

Pour connaître la façon de se la procurer et de la recharger, son fonctionnement et autres :

sts.saguenay.ca/infos-pratiques/carte-acces

Tarification sociale



En collaboration avec des organismes communautaires, la STS offre un tarif réduit pour l'utilisation du transport en commun et adapté aux personnes en situation de précarité.

Ce nouveau tarif réduit permettra de :

- Favoriser la mobilité;
- Alléger une charge financière récurrente;
- Contribuer à l'inclusion sociale des personnes en situation de précarité.

Pour avoir accès à la tarification réduite, les personnes intéressées doivent contacter l'un des organismes communautaires partenaires pour compléter un formulaire d'admissibilité et vérifier s'ils répondent aux critères d'admission les rendant éligibles à la tarification sociale.

Liste des organismes partenaires :

sts.saguenay.ca/infos-pratiques/tarification-sociale/organismes-partenaires

Autres informations pratiques et avantages spécifiques :

sts.saguenay.ca/infos-pratiques

Service à la clientèle – Transport régulier :
418 545-2487

Lundi au vendredi : 6 h à minuit

Samedi : 6 h 30 à 19 h

Dimanche : 7 h 30 à 18 h 30

Le centre de services de la STS est situé au 1330, rue Bersimis à Chicoutimi.



TRANSPORT *actif*



Accès Vélo : du 16 mai au 30 octobre, la Société de transport du Saguenay met à la disposition de la population 22 vélos à assistance électrique, disponibles dans cinq stations.



Vélobus : du 16 mai au 30 octobre, vous pouvez profiter du service de Vélobus, sans autres frais que le droit de passage habituel.

Ces supports à vélo sont placés devant les véhicules et peuvent contenir deux vélos. En plus de servir les cyclistes utilitaires, les Vélobus rejoignent le réseau cyclable de Saguenay pour un usage de loisir en famille.

TRANSPORT *adapté*



La STS offre un service de transport adapté pour **personnes en situation de handicap et à mobilité réduite.**

Pour connaître les critères d'admissibilité, la façon de réserver et la possibilité d'accompagnement :

sts.saguenay.ca/transport-adapte

**Service à la clientèle –
Transport adapté : 418 545-2489**

Lundi au vendredi : 7 h à 21 h
Samedi et dimanche : 10 h à 12 h



Conduire UNE VOITURE



Important à SAVOIR

Au Québec, le permis de conduire est obligatoire pour pouvoir prendre la route avec un véhicule motorisé.

Pour avoir le droit de conduire une voiture, il est obligatoire de posséder :

- Un permis de conduire valide;
- Le certificat d'immatriculation de la voiture;
- Une assurance automobile.

PERMIS DE CONDUIRE



Vous pouvez conduire une voiture **les six premiers mois suivant votre arrivée** au Québec, à condition d'avoir un permis de conduire valide, et ce, même si vous l'avez obtenu à l'extérieur du Québec.

Après cette période de six mois, un permis obtenu au Québec devient obligatoire. Pour ce faire, la passation d'examens de compétence (théoriques et pratiques) est aussi obligatoire.

Par contre, **si un délai de plus de 12 mois s'est écoulé depuis votre arrivée, ou si vous n'avez jamais eu de permis de conduire**, vous devrez obligatoirement suivre des cours de conduite afin de pouvoir réaliser les examens requis.

Assurance



Lorsque vous conduisez un véhicule, vous devez vous assurer que celui-ci est couvert par une assurance.

Au Québec, deux régimes d'assurance-auto fonctionnent de façon complémentaire, soit le régime public (dommages corporels en cas d'accident) et le régime privé (dommages matériels au véhicule et responsabilité civile).

Informez-vous des différentes offres auprès des compagnies d'assurance ou d'institutions financières.

IMMATRICULATION



Auto, moto, véhicule récréatif (VR), tracteur, remorque : **peu importe le véhicule, il est obligatoire de l'immatriculer et de renouveler cette immatriculation chaque année.**

La SAAQ transmet par la poste les avis à cet effet. Vous devez prendre en considération que des frais sont applicables à l'immatriculation d'un véhicule.

Renseignez-vous à la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ) pour connaître les modalités à l'obtention de votre permis de conduire ainsi qu'à l'immatriculation d'un véhicule.

Certaines démarches supplémentaires sont nécessaires.

Pour obtenir plus d'information ou pour prendre rendez-vous :

saaq.gouv.qc.ca

1 800 361-7620

Lundi au vendredi : 8 h 30 à 16 h 30

Prévoir et éviter LES SOUCIS SUR LA ROUTE

Les conditions routières



Les conditions météorologiques hivernales **peuvent affecter l'état des routes.**

Il est important de consulter les bulletins météorologiques afin de **prévoir ses déplacements.**

CAA Québec



L'organisme CAA Québec offre aux membres de l'assistance routière et différents conseils concernant la conduite, l'entretien de véhicule, l'achat ou la vente de véhicule, et plus encore.

Le service CAA Québec offre également du soutien et de l'accompagnement pour planifier de plus longs trajets.

caaquebec.com

Service Québec 511



Québec 511 est un service gratuit qui vous permet de planifier vos déplacements.

Vous êtes informés à propos :

- **Des conditions routières;**
- **D'entraves causées par des travaux;**
- **D'incidents majeurs ralentissant la circulation;**
- **De plusieurs informations pertinentes avant de prendre la route.**

Le service est accessible par téléphone au **511** et à quebec511.info.

Assurez-vous de bien déneiger votre voiture

Important

Ne laissez pas votre voiture fonctionner lors du déneigement et assurez-vous de bien retirer la neige accumulée autour du tuyau d'échappement, et tout autour de votre automobile avant de démarrer le moteur.

Il est très important de ne jamais laisser un enfant seul à l'intérieur d'un véhicule.

Un véhicule en marche, enseveli sous la neige, augmente les risques d'une **intoxication au monoxyde de carbone** pour les personnes se trouvant à l'intérieur.



CONDUITE hivernale

Au Québec, une attention particulière doit être portée à la conduite hivernale :



Adaptez votre conduite aux **conditions météorologiques** et **diminuez votre vitesse**;



Assurez-vous d'avoir les **pneus nécessaires à la saison**;



N'utilisez que du **liquide lave-glace d'hiver** pouvant aller jusqu'à **-45 °C**;



Procurez-vous une **trousse d'hiver** (balai à neige, grattoir, lave-glace, pelle, etc.).

Pour plus d'information :

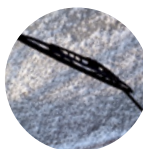
Capsule vidéo « Conduite hivernale : quatre comportements à adopter » de la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ)

saaq.gouv.qc.ca/securite-routiere/comportements/adapter-conduite/conduite-hivernale



Pneus d'hiver

Obligatoires du 1^{er} décembre au 15 mars.



Lave-glace d'hiver

Utilisez seulement du lave-glace d'hiver qui ne gèle pas.



Balai à neige et grattoir

Pour déneiger et déglacer les vitres.



Pelle

À garder dans le coffre du véhicule au cas où vous seriez pris dans la neige.



Plaques d'aide à la traction

Utiles si vous êtes pris dans la neige ou sur la glace.



Essence

Par temps froid, gardez de l'essence dans le réservoir, au moins jusqu'au quart.



Vitesse et distance de freinage

Diminuez votre vitesse et prévoyez une plus grande distance de freinage. Le froid, la neige et la glace rendent la chaussée glissante.



Chauffe-moteur

Certains véhicules en sont munis. Une prise électrique (habituellement située sous le capot) empêche la batterie du véhicule de cesser de fonctionner par temps froid. Vous pouvez brancher votre véhicule en arrêt lorsqu'un temps froid est à prévoir.



Important à SAVOIR

SIÈGE D'AUTO POUR ENFANT *obligatoire*

La loi exige que tout enfant, transporté dans un véhicule, soit attaché correctement dans un siège d'auto adapté à son poids et à sa taille.

Il est donc essentiel de prévoir un siège d'auto qui répond à ses besoins, selon son âge.

Des amendes pourraient être données en cas de non-respect de cette loi.

Pour connaître les détails de cette réglementation :

saaq.gouv.qc.ca/securite-routiere/comportements/sieges-auto-enfants

CODE DE LA *sécurité routière*

Le Code de la sécurité routière comprend toutes **les règles en matière de conduite**.

Voici quelques règles de base :



Respecter les **limites de vitesse**;



Respecter la **signalisation routière** (panneaux d'arrêt, feux de circulation, sens unique, etc.);



S'arrêter aux **feux clignotants des autobus scolaires**;



Adapter sa conduite aux **conditions météorologiques**;



Porter obligatoirement sa **ceinture de sécurité** en tout temps.



INFRACTIONS

Des points d'inaptitude sont ajoutés lorsque la personne est déclarée coupable à la suite d'une infraction. Lorsque le seuil maximum des points est atteint, **le permis de conduire est révoqué.**

Pour prendre connaissance des différentes règles en matière de conduite, consultez le Code de la sécurité routière sur le site de la SAAQ :

saaq.gouv.qc.ca/saaq/documentation/lois-reglements/code-securite-routiere

Païement des infractions de la route à la Ville de Saguenay

Il est possible de payer un constat d'infraction en personne, par la poste ou directement en ligne.

Pour plus d'information et connaître les procédures de paiement :

ville.saguenay.ca/services-aux-citoyens/cour-municipale/constat-dinfraction

Autres options DE TRANSPORT

D'autres options de transport s'offrent à vous :



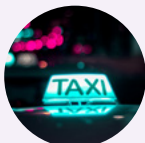
Location de voiture

Plusieurs compagnies de location de voiture offrent la possibilité de louer un véhicule à court, moyen ou long terme. Contacter les différentes compagnies pour connaître les tarifs et modalités de location.



Covoiturage

Plateforme en ligne, réseaux sociaux, babillards, organismes, etc.



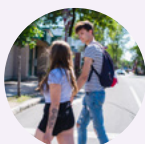
Taxi

Taxis Unis de Chicoutimi : 418 543-3868

Taxi Diamond de Jonquière : 418 548-2121

Taxi 2151 de La Baie : 418 544-2151

(Pour les transports à partir de l'aéroport Saguenay-Bagotville ou du quai de Croisières)



Marche

Vous pouvez marcher pour vous déplacer sur les trottoirs et pistes cyclables. Il est également possible de se balader pour le plaisir dans différents sentiers de randonnée.



Vélo

Il est possible de se déplacer ou simplement de se balader en vélo sur l'une des pistes cyclables de la ville.

ville.saguenay.ca/services-aux-citoyens/transport-et-entretien/pistes-cyclables

Photo : JM Decoste

Photo : Paul Cimon



Se nourrir

Saguenay possède toutes les ressources nécessaires **afin de répondre à vos besoins alimentaires** grâce aux ressources privées et communautaires présentes sur son territoire.

Épiceries commerciales



Une **panoplie d'épiceries** sont disponibles sur le territoire de la ville. Vous pouvez choisir celle qui vous convient le mieux.

Banque alimentaire ou moisson



Redistribution des surplus alimentaires aux **organismes**.

Dépannage d'urgence



Fourni **sous forme d'argent, de bons d'achats ou de panier d'aliments**, il procure de la nourriture pour une courte période.

Soupes populaires



Les organismes des soupes populaires offrent des **repas à très bas prix ou gratuitement**.

Popotes roulantes



Ce service offre des **repas chauds livrés à domicile** par des bénévoles.

Paniers de Noël



Distribution de **paniers de nourriture spécifique à la période des fêtes de Noël**.



Options pour une **diversité alimentaire et culturelle**

- Paniers de légumes hebdomadaires;
- Marchés publics et producteurs locaux;
- Zone Boréale;
- Diverses épiceries ethniques et biologiques sur le territoire.

Frigos collectifs



Les frigos libre-service permettent à la communauté de **contrer le gaspillage alimentaire et de donner au suivant**. Les frigos sont installés dans des lieux publics ou auprès d'organismes communautaires de votre quartier.

Cafés et repas « Donnez au suivant »



Certains commerces de Saguenay offrent des **cafés ou des repas gratuits aux personnes qui en font la demande**. Le concept « Donnez au suivant » permet aux personnes qui fréquentent le commerce d'ajouter un café ou un repas à leur facture afin d'en faire bénéficier une autre.

Repas prêts à cuisiner



Certaines épiceries communautaires vous proposent également des **boîtes-repas à cuisiner à la maison**.

Collations et diners pour les enfants



Certains organismes accueillent les enfants des écoles du quartier sur l'heure du midi afin de leur offrir **un repas à coût minime**.

Repas congelés ou préparés



La population peut acheter ces **repas congelés ou préparés, à prix modique**, par l'intermédiaire d'un organisme communautaire qui produit ce type de repas ou par l'entremise des épiceries communautaires.

Déjeuner en milieu scolaire



Déjeuner offert pendant l'année scolaire aux enfants qui fréquentent certaines écoles de quartier.



Épiceries communautaires



Ce sont de **petites épiceries de quartier** où l'on vend, **aux membres**, des denrées à un coût moindre que dans les supermarchés.

Surplus de pain (magasins économiques)



On y retrouve des **produits imparfaits ou mal étiquetés** qui ne peuvent pas être vendus en épicerie. Ceux-ci sont vendus à des prix très réduits!

Repas communautaires



Repas cuisinés par des bénévoles, des personnes salariées ou des membres de certains organismes communautaires et sont offerts à peu de frais ou gratuitement.

Autres options

vous permettant de vous procurer des provisions tout en rencontrant de nouvelles personnes :



Cuisine collective



Groupe d'achats



Jardins communautaires, collectifs ou de solidarité



Forêts nourricières et espaces nourriciers



Ateliers de cuisine

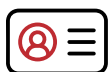
Plusieurs ateliers de cuisine sont offerts par diverses organisations sur le territoire.



Se soigner

Au Québec, **les services de santé et les services sociaux sont publics, gratuits et accessibles pour tous.** Pour utiliser ces services, vous devez vous procurer votre **carte d'assurance maladie** le plus tôt possible. Elle donne accès, gratuitement, aux services de santé couverts par le régime public d'assurance maladie.

CARTE D'ASSURANCE MALADIE



Pour demander votre carte d'assurance maladie, communiquez avec la **Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ)**.

Vous pouvez le faire soit en personne (sur place), par téléphone ou en ligne (par Internet). Notez que des délais de trois mois s'appliquent (sauf pour les femmes enceintes : délai de 21 jours) avant que vous ayez accès aux services gratuits. Ainsi, il est important, voire obligatoire, de se prémunir d'une assurance privée dans l'intervalle. Les frais acquittés pour les soins de santé reçus pendant la période d'attente ne sont pas remboursables. Afin de demeurer admissible, vous devez être physiquement présent au Québec 183 jours ou plus par année, et ce, entre le 1^{er} janvier et le 31 décembre d'une même année.

Pour plus d'information : ramq.gouv.qc.ca

Prenez note que, selon le programme d'immigration choisi, il est possible que certaines personnes ne soient pas admissibles à la carte d'assurance maladie. D'où l'obligation de vous procurer une assurance maladie privée et de vous assurer qu'elle entre en vigueur **dans les cinq jours suivant votre arrivée au Québec**. Dans ce cas, assurez-vous d'avoir une bonne couverture (maladie, accident, grossesse, etc.). **Des frais très importants pourront être chargés pour une personne non couverte par un régime d'assurance.**

ASSURANCE MÉDICAMENTS



Toute personne établie au Québec, de façon permanente, doit être couverte par une assurance médicaments. La RAMQ administre le régime public d'assurance médicaments. Des assurances couvrant les médicaments sont aussi offertes par des régimes privés, sous la forme d'assurances collectives et de régimes d'avantages sociaux. Ainsi, si vous devez acheter un médicament, l'assurance en paiera une partie.

Pour plus d'information :
ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-medicaments

Deux options d'assurances médicaments sont possibles :

Régime public d'assurance médicaments de la RAMQ

En vous inscrivant au régime public de la RAMQ, vos enfants seront également couverts. Vous pouvez vous inscrire en même temps que lors de votre inscription à l'assurance maladie.

Assurance médicaments privée

Avec l'employeur ou selon vos propres démarches avec une compagnie d'assurance privée. Contrairement au régime public, les assurances privées auront un coût que vous devrez défrayer.

OPTIONS POUR OBTENIR *des soins de santé*

Les hôpitaux (urgences)



Au Québec, tous les hôpitaux sont ouverts et disponibles en tout temps. Chaque hôpital possède un département réservé aux urgences. C'est à cet endroit que vous devez vous présenter **si vous avez un souci de santé grave qui nécessite des soins immédiats.**

Vous devez vous présenter à l'accueil pour ouvrir votre dossier médical. Un spécialiste de la santé évaluera votre état. Par la suite, vous serez dirigé vers la salle d'attente, le temps qu'un médecin sur place vous fasse un examen médical.

Il est nécessaire d'avoir une carte d'assurance maladie ou une assurance privée. Dans le cas contraire, vous devrez défrayer les coûts inhérents à ces interventions.

[Consultez la section Ressources pour connaître les coordonnées des hôpitaux à Saguenay.](#)

Les cliniques sans rendez-vous



Si votre état de santé **nécessite l'intervention d'un médecin dans l'immédiat**, il existe des cliniques où il est possible de consulter un médecin sans rendez-vous.

Ce ne sont pas toutes les cliniques qui offrent ce service. Vous devez vous informer afin de connaître les cliniques qui en offrent et les modalités pour y accéder.

Il est à noter que les **centres locaux de services communautaires (CLSC)** offrent le service de consultation médicale sans rendez-vous.

La prise de rendez-vous est différente pour chaque clinique.

[Consultez la section Ressources pour connaître les coordonnées du CLSC le plus près de chez vous.](#)

Les centres locaux de services communautaires (CLSC)



Les centres locaux de services communautaires (CLSC) offrent **des soins de santé et différents types d'accompagnement en matière de services sociaux.**

Divers professionnels de la santé travaillent dans ces établissements.

[Consultez la section Ressources pour connaître les coordonnées du CLSC le plus près de chez vous.](#)

Le médecin de famille



Le médecin de famille est un généraliste qui travaille, la plupart du temps, dans une clinique médicale. Il **traite et offre un suivi médical à un certain nombre de patients** dont il a la charge.

Vous pourriez demander à un médecin de famille ou à une clinique médicale si les nouveaux patients sont acceptés. Sinon, vous devrez vous inscrire sur la liste d'attente du *Guichet d'accès aux médecins de famille (GAMF)* à gamf.gouv.qc.ca. Assurez-vous d'avoir votre carte d'assurance maladie en main ainsi que votre code postal.

Service Info-Santé et Info-Social

8 1 1

Les services Info-Santé et Info-Social sont des services de consultation téléphonique gratuits et confidentiels, accessibles 24 heures par jour, 365 jours par année.

Des professionnels de la santé et des services sociaux sont disponibles en tout temps pour vous conseiller en fonction de votre état de santé.

Info-Social

**professionnel en intervention
psychosociale en cas de
problème psychosocial**

Anxiété, dépression, deuil, difficultés dans votre famille ou votre couple, inquiétude pour un proche, etc.

Info-Santé

professionnel pour des conseils en santé

Une infirmière évalue l'état de santé et donne des recommandations pour des soins à la maison ou pour trouver le service qui répondra le mieux à votre besoin.

Si l'appel concerne un enfant de 0 à 17 ans, une ligne prioritaire offre une réponse plus rapide qui peut se conclure par un rendez-vous avec un professionnel de la santé, si cela s'avérerait nécessaire.

Vous pouvez également composer le 8-1-1 pour savoir où aller et comment procéder pour obtenir **un vaccin**.

Guichet d'accès à la première ligne



Si vous n'avez pas de médecin de famille, le *Guichet d'accès à la première ligne du Centre intégré universitaire de santé et des services sociaux du Saguenay-Lac-Saint-Jean* peut vous aider à trouver la bonne ressource.

Ce service permet aux personnes qui n'ont pas de médecin de famille de recevoir une évaluation rapide des besoins de santé et d'être dirigé vers le professionnel de la santé qui pourra prendre en charge leurs besoins.

GAP

gap.soinsvirtuels.gouv.qc.ca

RVSQ

rvsq.gouv.qc.ca

Info-Santé Info-Social :
composer 8-1-1

Service gratuit, confidentiel, 24/7

**Vous pouvez également demander
d'être inscrit sur la liste d'attente pour
obtenir un médecin de famille à :**

gap.soinsvirtuels.gouv.qc.ca

1 844 867-5332, option 2

Du lundi au vendredi, de 8 h à 18 h

Autres professionnels

DE LA SANTÉ



Pharmaciens

Les pharmaciens sont des professionnels de la santé dont la spécialité se situe en matière de médicament. Si un médecin vous a donné une prescription pour des médicaments, vous devez vous rendre en pharmacie et demander ceux-ci au pharmacien. Il pourra vous informer sur la façon de prendre votre médication et vous conseillera sur le sujet. Les pharmaciens sont également disponibles pour des consultations médicales. Ils peuvent vous conseiller concernant divers problèmes de santé (grippe, rhume, allergies, problèmes cutanés, etc.).

Pour plus d'information sur le rôle des pharmaciens : opq.org



Psychologues

Les psychologues travaillent l'aspect psychologique de la santé. Ils peuvent vous aider dans des épreuves difficiles ou vous accompagner dans les situations que vous vivez. Les consultations avec un psychologue ne sont pas gratuites. Par contre, quelques assurances privées remboursent une partie ou l'entièreté des coûts. Certaines écoles ont un service d'aide psychologique aux étudiantes et aux étudiants, lesquels sont gratuits.

Pour plus d'information : ordrepsy.qc.ca

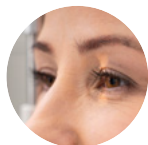


Dentistes

Les dentistes s'occupent de la santé des dents. Il est recommandé de faire un examen chez le dentiste une fois par année. Avant l'âge de 10 ans, les examens chez le dentiste sont gratuits. Passé cet âge, les soins dentaires sont payants. Certaines assurances privées offrent un certain remboursement pour ces soins.

Pour plus d'information :

ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie/services-dentaires



Optométristes

Les optométristes s'occupent de la santé des yeux. Ce sont eux qui vont évaluer la vue du patient pour vérifier s'il a besoin de lunettes ou d'autres soins particuliers pour maintenir des yeux en santé. Certains soins sont gratuits pour les moins de 18 ans. Pour les adultes, des coûts s'appliquent. Ces soins peuvent être remboursés par des assurances privées.

Pour plus d'information : ooq.org

Grossesse

Si vous êtes enceinte, **il est important de contacter le Centre local de services communautaires (CLSC)** le plus près de votre résidence pour recevoir les suivis médicaux nécessaires. Les CLSC offrent également **des cours prénataux gratuits** pour les futurs parents.

Pour plus d'information, contactez le CLSC, Info-Santé 811 ou : santesaglac.gouv.qc.ca/soins-et-services/grossesse-et-accouchement

Important

Pour les nouvelles arrivantes admissibles à la Carte d'assurance maladie, un délai de 21 jours est applicable avant que vous n'ayez accès aux services gratuits.

Pour celles qui ne sont pas admissibles, vous devez vous assurer de vous procurer une assurance privée avec une couverture pour grossesse.



Des tests de grossesse sont vendus en pharmacie. Ces tests permettent de détecter si la personne est enceinte. Un médecin pourra également confirmer la grossesse et évaluer la date de l'accouchement.



Maison de naissance du Fjord-au-Lac (service de sage-femme) : Professionnelles en natalité qui offrent le choix du lieu de naissance aux familles. Le choix est possible entre la Maison de naissance, le Centre hospitalier de Chicoutimi et le domicile. Veuillez noter que l'accouchement à domicile n'est possible que selon certains critères.

Pour plus d'information : santesaglac.gouv.qc.ca/soins-et-services/grossesse-et-accouchement



Vaccination

Au Québec, la vaccination n'est pas obligatoire, mais elle est fortement recommandée.

Pour plus d'information, contactez le CLSC le plus près de chez vous.

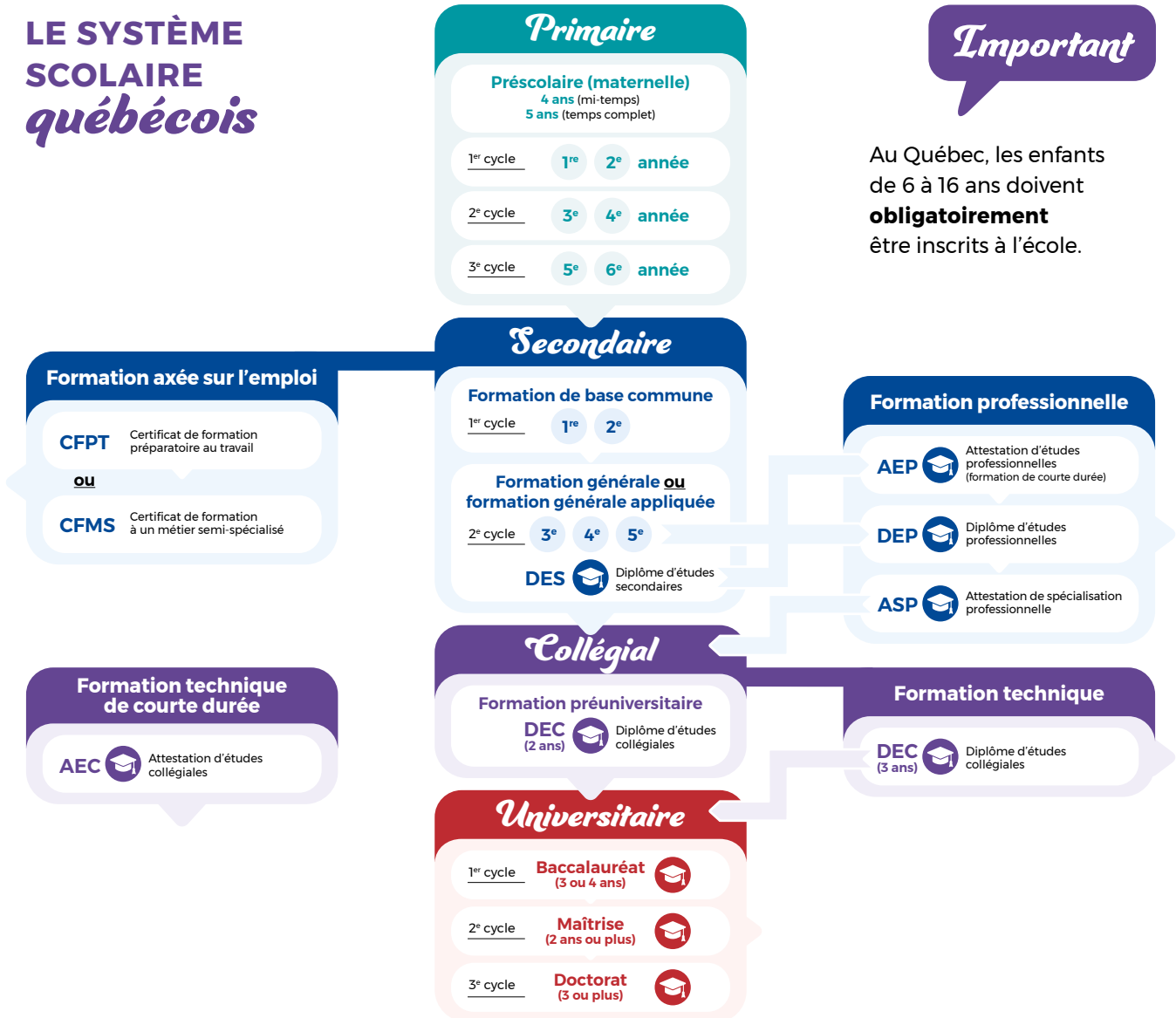
quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/vaccination



LE SYSTÈME SCOLAIRE québécois

Important

Au Québec, les enfants de 6 à 16 ans doivent **obligatoirement** être inscrits à l'école.



VIENS ÉTUDIER À SAGUENAY, *ville étudiante et du savoir*

Afin de faire de votre parcours étudiant une expérience inoubliable dans une ville accueillante et diversifiée.

Pour plus d'information : viensetudierasaguenay.com

Différentes maisons d'enseignement sont présentes sur le territoire. Les étudiants bénéficient **de nombreux programmes de formation spécialisés et de grande qualité.**



Niveau universitaire

Université du Québec à Chicoutimi (UQAC) : uqac.ca

Pour connaître les différents programmes offerts, visitez le site Internet ou communiquez directement avec l'équipe de recrutement étudiants au 418 545-5011, poste 5006.



Niveau collégial

Cégep de Chicoutimi : cchic.ca

Cégep de Jonquière : cegepjonquiere.ca

Les cégeps offrent des formations techniques et des formations préuniversitaires. Pour connaître les différents programmes offerts, consultez les sites Internet ou communiquez directement avec les établissements. N'hésitez pas à demander de discuter avec quelqu'un afin d'explorer tous les programmes offerts.



Niveau professionnel

Centre de services scolaire des Rives-du-Saguenay (Chicoutimi) : csrsaguenay.qc.ca

Centre de services scolaire De La Jonquière : cssdlj.gouv.qc.ca

Les centres de formation professionnelle permettent d'acquérir le savoir-faire, le savoir-être, les connaissances et les compétences nécessaires pour exercer un métier spécialisé.





Photo : Mac photographie

RECONNAISSANCE DES ACQUIS ET DES COMPÉTENCES (RAC)



Le RAC est un processus d'évaluation qui permet à l'adulte d'obtenir une reconnaissance officielle de ses compétences acquises au Québec comme à l'étranger. Cette démarche permet d'identifier les compétences maîtrisées et de déterminer, s'il y a lieu, la formation manquante pour atteindre un objectif.

Pour plus d'information :

ceracfp.ca

quebec.ca/education/accompagnement-etudiants/education
Section Reconnaissance des acquis et compétences

Qualifications Québec est une organisation financée par le ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration (MIFI). Un portail est accessible en ligne pour permettre d'être orienté vers la bonne ressource en ce qui a trait à la reconnaissance des compétences.

qualificationsquebec.com/reconnaissance-competences

ÉVALUATION COMPARATIVE DES ÉTUDES EFFECTUÉES HORS QUÉBEC

Il s'agit d'un **avis d'expert** délivré par le gouvernement du Québec. Cet avis indique le niveau scolaire et le domaine de formation québécois équivalent à vos études effectuées à l'étranger.

Vous retrouverez les informations relatives à ce type de démarche :

[quebec.ca/immigration/travailler-quebec/
faire-reconnaitre-competences-acquises-etranger](http://quebec.ca/immigration/travailler-quebec/faire-reconnaitre-competences-acquises-etranger)

* Ce document est délivré par le ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration. Notez que des frais sont exigés. Il pourrait vous être demandé, soit lors d'une adhésion à un ordre professionnel, soit pour la poursuite de vos études, soit pour l'obtention d'un emploi.



Écoles **primaires** et **secondaires**, **Centres de formation professionnelle (CFP) et** **Centres de formation générale aux adultes (CFGA)**

Deux centres de services scolaires couvrent l'ensemble du territoire. Ces derniers assurent l'enseignement préscolaire, primaire, secondaire et postsecondaire.

- Maternelle (4 ou 5 ans);
- 1^{re} à la 6^e année du primaire (6 à 12 ans);
- 1^{re} à la 5^e année du secondaire (12 à 16 ans).

Pour trouver une école pour votre enfant à proximité de votre domicile, procéder à l'inscription, connaître les possibilités de transport scolaire ou pour de l'information sur les programmes de formation, contactez l'un des centres suivants :

Centre de services scolaire De La Jonquière (arrondissement de Jonquière)

cssdlj.gouv.qc.ca

**Centre de services scolaire des Rives-du-Saguenay
(arrondissements de Chicoutimi et de La Baie)**

csrsaguenay.qc.ca

Enfants allophones

Informez-vous auprès de l'école de votre enfant pour connaître les différentes modalités d'apprentissage du français.



alloprof

Service gratuit d'aide aux devoirs et aux leçons donné par des professionnels de l'enseignement.

alloprof.qc.ca



Apprendre le français

Choisir le Québec, c'est aussi choisir de s'établir dans une société francophone où le français est la langue officielle et commune.

Photo : Laurent Silvani

Plusieurs cours (subventionnés et non subventionnés) sont offerts sur le territoire de Saguenay. Toutes les personnes admissibles peuvent suivre, gratuitement, un cours de français.

Francisation Québec

Pour les personnes de plus de 16 ans, nées à l'extérieur du Québec qui s'y établissent, des cours de français sont offerts gratuitement par le gouvernement. Ces programmes d'apprentissage de Francisation Québec visent à faciliter l'intégration dans la société québécoise et la participation active à la vie citoyenne.

Différents types de cours sont offerts : à temps complet et à temps partiel, généraux et spécialisés par domaine d'emploi, et ce, en présentiel, à distance ou en ligne. Pour plus d'information, vous pouvez aussi contacter un agent d'aide à l'intégration du MIFI sur le territoire de la ville de Saguenay et par le biais du portail [Arrima](#).

Information et inscription :

Quebec.ca/français



Alternatives dans des écoles de langues et des organismes

Centre linguistique du Cégep de Jonquière, l'École de langue française et de culture québécoise de l'Université du Québec à Chicoutimi et certains centres Alpha sur le territoire offrent également des cours de français de différents niveaux.



Travailler

Voici quelques ressources qui peuvent vous aider et faciliter **vos recherches d'emploi** :

Ressources gouvernementales



Rendez-vous aux bureaux de Services Québec de Chicoutimi, La Baie et Jonquière :

localisateur.servicesquebec.gouv.qc.ca

Abonnez-vous :

facebook.com/aide.emploi.services.quebec.saguenay.lacsaintjean

Informez-vous auprès de leurs agents d'aide à l'emploi pour faire le bon choix professionnel, trouver un emploi, demeurer en emploi ou développer vos compétences.

Services et organismes d'aide à la recherche d'emploi



Carrefour jeunesse emploi (CJE)

cjesag.qc.ca

Groupe Inclusia

groupeinclusia.com

Accès-Travail-Femmes

accestravailfemmes.com

Consultez les sites des organismes ou informez-vous auprès d'eux pour connaître votre admissibilité aux différents programmes offerts.

Plateformes en ligne



Emplois en régions

emploisenregions.ca

Emplois02

Plateforme d'inscription par laquelle vous sont transmises, directement dans votre boîte courriel, des offres d'emploi du Saguenay-Lac-Saint-Jean correspondant à vos critères.

emploi02.ca

LA VILLE DE SAGUENAY *comme employeur*

La Ville de Saguenay emploie plus de 1 500 personnes, travaillant dans de nombreux services plus variés les uns que les autres. Les défis sont nombreux, les perspectives de carrière aussi! Des avantages sociaux compétitifs et des programmes de formation stimulants : c'est ça, la Ville de Saguenay! C'est aussi des centaines d'employés qui travaillent d'arrache-pied pour servir plus de 140 000 citoyens avec efficacité et vivacité.

carriere.saguenay.ca



Photo : Cratien Tremblay



Entreprendre

ENTREPRISE QUI S'ÉTABLIT À SAGUENAY OU *se lancer en affaires*

Que vous soyez un entrepreneur qui s'établit à Saguenay, ou que vous souhaitiez vous lancer en affaires, **des ressources existent sur le territoire pour vous accompagner.**

Promotion Saguenay

promotion.saguenay.ca/projets-daffaires

Microentreprendre Saguenay-Lac-Saint-Jean

microentreprendre-saglac.ca

Pôle régional d'économie sociale du Saguenay-Lac-Saint-Jean

essor02.com

Coopérative de développement régional

Saguenay-Lac-Saint-Jean/Côte-Nord

cdrq.coop/bureau-regional/saguenay-lac-saint-jean-cote-nord



Formation académique en entrepreneuriat

Pour suivre une formation académique en lien avec l'entrepreneuriat, informez-vous auprès des différentes institutions scolaires. Ces dernières offrent de nombreux programmes sur le sujet permettant d'outiller les futurs entrepreneurs.

Consultez [la section Étudier](#).





Photo : JM Decoste

Activités ET LOISIRS

La Ville de Saguenay propose une offre de loisirs des plus dynamiques!

ACTIVITÉS CULTURELLES ET SPORTIVES



Le site loisirs.saguenay.ca vous permet de prendre connaissance de tout ce qui est offert à la ville de Saguenay (sachez qu'il existe également une offre privée qui ne se retrouve pas sur ce site). Que ce soit pour des activités de nature culturelle ou pour suivre des cours de natation, vous y retrouverez toute l'information.

BIBLIOTHÈQUES



Les bibliothèques de Saguenay sont des lieux uniques! En effet, en plus de l'extraordinaire variété d'ouvrages qu'on peut y trouver, les bibliothèques sont des lieux de partage et d'animation très importants. Vous pouvez y découvrir des expositions, des ateliers, diverses animations, des conférences, des présentations d'artistes variés... Bref, les bibliothèques sont des lieux vivants qui méritent d'être fréquentés!

Pour plus d'information :
bibliotheques.saguenay.ca

Si vous êtes à la recherche **d'une activité ou d'une sortie de divertissement**, les deux ressources suivantes peuvent vous être très utiles :



Calendrier d'activités

Le calendrier d'activités vous propose de nombreuses idées de sorties sur le territoire de Saguenay. Vous y trouverez des expositions, des pièces de théâtre, des spectacles, des festivals et plus encore!

sorties.saguenay.ca



Carte interactive

Pour découvrir les attraits sur le territoire de Saguenay et ses environs. Il existe une carte interactive :

destination.saguenay.ca



Services AUX CITOYENS

Dans la section des **services aux citoyens** sur le site web de la Ville de Saguenay, vous trouverez toute l'**information essentielle pour les citoyens de Saguenay**.

Transport et entretien, requêtes et demandes d'information, règlements municipaux, liens avec les services municipaux, collecte des matières résiduelles et beaucoup plus!

ville.saguenay.ca/services-aux-citoyens

Service de police DE SAGUENAY



Le Service de police de Saguenay (SPS) a pour mission d'offrir à la population un service professionnel et de qualité de maintien de l'ordre social par la prévention et la répression du crime.

Il a pour mission de :

- Maintenir la paix, l'ordre et la sécurité publique;
- Prévenir le crime et les infractions, d'en rechercher les auteurs et de les citer en justice;
- Veiller à l'application des lois en vigueur qui visent le contrôle de la criminalité sur le territoire de Saguenay.

Voici les valeurs de l'organisation :

- Respect;
- Loyauté;
- Intégrité;
- Professionnalisme.

Pour connaître le bureau de police de votre arrondissement ou pour en apprendre davantage sur le Service de police : police.saguenay.ca

Service de sécurité incendie DE LA VILLE DE SAGUENAY



Le Service de sécurité incendie a pour mission de servir et protéger la population par la prévention, l'organisation des secours et l'intervention lors d'incendie.

Pour ce faire, il doit :

- Mettre en place un plan d'organisation en matière d'interventions et d'analyse du risque;
- Structurer et planifier l'organisation et la prestation des secours pour toutes les catégories de risques;
- Offrir des programmes de prévention des incendies, de formation du public et de protection civile.

incendie.saguenay.ca

LA CARTE *Accès Saguenay*

La Carte Accès Saguenay, c'est un outil unique qui vous permet d'accéder aux multiples activités de loisirs (culture, sports, plein air, etc.) organisées par la Ville de Saguenay ainsi qu'à tous les services des bibliothèques publiques municipales.

La Carte Accès Saguenay est gratuite pour tous les résidents ou contribuables de Saguenay. De plus, plusieurs institutions culturelles offrent des promotions exclusives aux détenteurs de la carte.

L'ABONNEMENT À CETTE CARTE EST INDISPENSABLE POUR :

- **Emprunter dans les bibliothèques de Saguenay** : il n'est toutefois pas obligatoire d'être abonné à la Carte Accès Saguenay pour venir passer du temps en bibliothèque et consulter les documents sur place!
- **S'inscrire aux activités offertes par la Ville de Saguenay** : camps de jour estivaux municipaux, activités aquatiques et artistiques, ateliers informatiques, littéraires et de théâtre et compagnies de théâtre participantes ainsi que location de glace et de terrains sportifs.



COMMENT SE PROCURER SA CARTE ACCÈS SAGUENAY



Présentez-vous au comptoir de prêt de l'une des bibliothèques de Saguenay (Chicoutimi, Hélène-Pedneault, Arvida ou La Baie).

Vous pouvez également faire une demande d'abonnement complet en ligne en complétant une demande d'abonnement. En personne ou en ligne, vous devrez fournir **une preuve d'identité et une preuve de résidence valides.**

Preuves d'identité :

- Permis de conduire;
- Carte d'assurance maladie;
- Passeport;
- Certificat de citoyenneté ou carte de résident permanent;
- Carte d'un établissement d'enseignement.

Preuves de résidence (avec adresse) :

- Permis de conduire;
- Compte de taxes;
- Document officiel d'une institution bancaire ou de crédit datant de moins de six mois;
- Compte de service public (ex. : électricité, gaz, téléphone, Internet) datant de moins de six mois;
- Document officiel d'un établissement d'enseignement.

Pour plus d'information : carteaccs.saguenay.ca

Dépositaires de la carte de la Société de transport du Saguenay (STS)



Les bibliothèques de Saguenay sont des super dépositaires de la carte de la Société de transport du Saguenay (STS).

Les services offerts sont :

- **Abonnement et émission de la carte Accès STS;**
- **Rechargement des titres de transport sur la carte Accès STS;**
- **Gestion des cartes perdues Accès STS;**

Aucune vente de billet unitaire, de carnet ou de passe journalière familiale.



Photo : Société de transport du Saguenay

DÉMARCHES *d'immigration*

En vertu de la constitution canadienne, l'immigration est **un domaine de compétences partagées entre le gouvernement fédéral (Canada) et le gouvernement provincial (Québec)** (Accord Canada-Québec, 1991).

L'immigration temporaire

- Le Québec consent à l'immigration économique temporaire (certificat d'acceptation du Québec) pour les travailleurs et les étudiants étrangers;
- Le Canada est décisionnel. Il peut élaborer des programmes en parallèle à ceux du Québec.

Responsabilités partagées 

- Établir les volumes annuels d'immigration permanente, en tenant compte du seuil établi par le Québec (Accord Canada-Québec);
- Vérifier l'admissibilité (santé, sécurité et criminalité);
- Accorder le droit d'établissement (visa et permis) :
 - Temporaire;
 - Permanent;
- Traiter les demandes d'asile;
- Accorder la citoyenneté.

Responsabilités exclusives du Canada 

Immigration permanente

- Déterminer les volumes et la composition de l'immigration permanente;
- Déterminer des critères de sélection (ex.: âge, langue, domaine de formation, etc.);
- Accorder le Certificat de sélection du Québec (CSQ);
- Gérer les engagements de parrainage;
- Accueillir et favoriser la participation et l'inclusion.

Immigration temporaire

- Accorder le Certificat d'acceptation du Québec (CAQ).

Responsabilités exclusives du Québec 

Étapes à franchir AVANT L'ARRIVÉE

- Choisir un projet de vie (vivre, étudier, travailler ou entreprendre) et un programme d'immigration qui pourra s'adapter à vos besoins et attentes;
- S'assurer de l'admissibilité de votre dossier et du budget nécessaire à votre démarche;
- S'assurer d'avoir les documents nécessaires aux procédures et démarches d'immigration;
- Se documenter sur la province du Québec et de la Ville de Saguenay;
- Se documenter sur les aspects de la vie quotidienne du Québec et de la Ville de Saguenay.

SANA

Saguenay—Le Fjord

SAGUENAY CAPITALE



Le SANA, le service d'accueil pour nouveaux arrivants, accompagne les personnes et les familles dans la construction d'un projet de vie durable à Saguenay—Le Fjord. Grâce à une connaissance du milieu, un accompagnement humain et un réseau de partenaires engagés, le SANA facilite les repères, les connexions et l'accès aux ressources essentielles pour favoriser une installation réussie et un sentiment d'appartenance au territoire.

Le SANA soutient également les entreprises, les établissements d'enseignement et les acteurs du milieu dans leurs démarches d'accueil, d'inclusion et de rétention des nouveaux arrivants.

SANA Saguenay—Le Fjord

Nous sommes situés à seulement quatre minutes à pied du terminus STS – Chicoutimi (Société de transport du Saguenay).

10, rue Racine Ouest, Chicoutimi (Qc) G7J 1E2

581 221-3163

info@sanasaguenaylefjord.ca

sanasaguenaylefjord.ca

N'hésitez pas à nous contacter pour prendre rendez-vous ou obtenir une information.

Saguenay Capitale, le cœur de vos ambitions

Été comme hiver, Saguenay vibre au rythme des événements, des spectacles et des festivals. Notre ville se démarque aussi par le caractère chaleureux de ses habitants (*on est bin d'adon*), le coût abordable des maisons et ses perspectives d'emplois diversifiées au sein de plusieurs domaines et champs spécialisés.

Avec ses grands espaces, son fjord unique et ses nombreux services, Saguenay est une ville à la fois urbaine et proche de la nature.

Découvrez toutes les bonnes raisons de mettre Saguenay au cœur de vos ambitions en visitant le :
saguenaycapitale.ca





ACCOMPAGNEMENT QUÉBEC

Service gratuit et personnalisé offert aux personnes immigrantes. Que vous soyez au Québec ou encore à l'étranger, il facilite votre intégration et votre participation en français à la société québécoise.

[Quebec.ca/accompagnement-immigrant](https://quebec.ca/accompagnement-immigrant)

Installation

Vous établir au Québec

Vie collective

Découvrir la société québécoise

Francisation

Apprendre le français

Reconnaissance des compétences

Faire reconnaître vos compétences

Emploi

Intégrer le marché du travail

Démarches d'immigration

Vous informer sur les procédures d'immigration

Pour vous inscrire

Services aux individus

Pour obtenir un rendez-vous avec une agente ou un agent d'aide à l'intégration :

- Créez votre compte et votre profil dans la plateforme [Arrima](#) (Si vous en avez déjà un, connectez-vous à celui-ci).
- Sélectionnez *Accompagnement Québec* et suivez les instructions.

[Quebec.ca/accompagnement-immigrant](https://quebec.ca/accompagnement-immigrant)

Services aux entreprises

Pour obtenir un accompagnement et connaître les modalités du service

quebec.ca/emploi/embauche-et-gestion-de-personnel

Section Recruter

Service des renseignements généraux (Centre de service à la clientèle)

Région de Montréal :
514 864-9191

Ailleurs au Québec (sans frais) :
1 877 864-9191

De l'extérieur du Québec :
+ 1 514 864-9191

Accès par téléscripateur :
514 864-8158

Ailleurs au Québec (sans frais) :
1 866 227-5968



SERVICES GOUVERNEMENTAUX EN *immigration fédérale* (Canada)



Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC)

canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete

SERVICE DES RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX IRCC

Télécentre : 1 888 242-2100

Uniquement si vous avez déjà soumis une demande.

Accès par téléscripneur : 1 888 576-8502

SERVICES CANADA

canada.ca/fr/emploi-developpement-social/ministere

Section Portefeuille

Obtenir un numéro d'assurance sociale (NAS)

Occuper un emploi, ouvrir un compte bancaire
et bénéficier des programmes et d'aides financières
offerts par le gouvernement.

1 866 274-6627

Obtenir votre carte de résidence permanente

Preuve que vous avez le statut de résidente
ou de résident permanent du Canada.

Autres services

Prestations d'assurance-emploi et congés, pensions
publiques, passeport canadien, allocations familiales, etc.

Centre Service Canada de Chicoutimi et Services de Passeport

98, rue Racine Est, Chicoutimi (Qc) G7H 1R1
+1 800 622-6232





Vie démocratique **ET CITOYENNE**

ville.saguenay.ca

Au Canada, les pouvoirs se partagent entre trois paliers gouvernementaux : fédéral, provincial et municipal.

Chacun des paliers répond aux besoins de la population en fonction de leurs champs de compétences.

Champs de compétences des municipalités :

- La culture, les loisirs, les activités communautaires et les parcs;
- La production d'énergie et les systèmes de télécommunications;
- L'environnement;
- La salubrité;
- Les nuisances;
- La sécurité;
- Le transport;
- Et certaines mesures de développement économique local.

Démocratie municipale

Le conseil municipal joue le rôle de représentant de la Ville et il en administre les affaires. Le conseil se compose de la mairesse ou du maire ainsi que d'une conseillère ou d'un conseiller par district électoral, pour un total de 16 personnes élues à Saguenay.

En tant que représentant de la population, le conseil a le devoir d'offrir des services qui répondent aux besoins de la collectivité et de respecter les obligations qui lui sont dévolues en rapport avec la municipalité. Ses actions se concrétisent par l'adoption de règlements et de résolutions lors d'assemblées tenues dans les règles entourant le processus démocratique.

Les élections municipales ont lieu dans toutes les municipalités du Québec, le premier dimanche de novembre, tous les quatre ans.



Pour connaître les personnes élues dans votre district, consultez la section **Membres des conseils** à ville.saguenay.ca

ou contactez le bureau de votre arrondissement.

HÔTEL DE VILLE

On y trouve le cabinet du maire ou de la mairesse et c'est dans ce lieu que se déroule certaines séances du conseil. Le public peut assister à ces séances ou les visionner en direct en ligne.

endirect.saguenay.ca

Informations générales :

418 698-3000

ville.saguenay.ca

201, rue Racine Est, C.P. 8060,
Chicoutimi (Qc) G7H 5B8

Pour une demande d'information :

info@ville.saguenay.qc.ca

BUREAUX D'ARRONDISSEMENT

Chacun des trois arrondissements est doté de compétences, de pouvoirs (entre autres d'émettre des avis et recommandations) et a des obligations dans les domaines suivants : l'urbanisme, la prévention en matière de sécurité incendie, l'enlèvement des matières résiduelles, le développement économique local (communautaire, social et culturel), les loisirs et les parcs d'arrondissement, la culture et la voirie locale.

Services offerts aux citoyens :

- Information générale;
- Signalisation;
- Lampadaires;
- Plan de déneigement de l'arrondissement.

Chicoutimi

150, boul. du Saguenay Est, C.P. 8060
Chicoutimi (Qc) G7H 5B8
418 698-3355

Jonquière

2354, rue Saint-Dominique, C.P. 2000
Jonquière (Qc) G7X 6L2
418 698-3356

La Baie

422, rue Victoria
La Baie (Qc) G7B 3M4
418 698-3357

Organismes mandataires

PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT ET DE SOUTIEN À L'INTÉGRATION (PASI) ISSU DU MIFI

Services spécifiques aux personnes immigrantes sur le territoire de la ville de Saguenay



Groupe Inclusia

Depuis 30 ans, le Groupe Inclusia soutient l'établissement durable des personnes immigrantes sur le territoire du Saguenay à travers un large éventail de services spécialisés dans les domaines de l'emploi, de l'immigration et des ressources humaines.

Grâce à une approche axée sur la mise en action et la qualité des relations, le Groupe Inclusia guide les personnes immigrantes à chaque étape de leur projet de vie au moyen d'un accompagnement personnalisé s'échelonnant sur du long terme et visant leur pleine participation à la société.

- Programme d'accompagnement et de soutien à l'intégration (PASI) *Jonquière et Chicoutimi;
- Services spécialisés d'aide à l'emploi;
- Sessions Objectif Intégration;
- Programme de jumelage interculturel;
- Activités culturelles et ludiques;
- Accompagnement des employeurs embauchant des personnes immigrantes.

2455, rue Cantin, Jonquière (QC) G7X 8S7

245, rue Riverin, bureau 110, Chicoutimi (QC) G7H 4R6
(sur rendez-vous seulement)

418 548-3445

info@groupeinclusia.com

groupeinclusia.com

Carrefour jeunesse-emploi Saguenay

Le Carrefour jeunesse-emploi Saguenay (CJE) a pour mission d'accompagner les personnes de 15 à 35 ans dans leurs démarches scolaires, professionnelles et de développement personnel. Il joue aussi un rôle clé dans l'accueil et l'intégration des nouveaux arrivants grâce à deux programmes complémentaires : Place aux jeunes en région et le Programme d'accompagnement et de soutien à l'intégration (PASI).

Place aux jeunes en région favorise l'établissement des jeunes qualifiés de 18 à 35 ans au Saguenay en les accompagnant dans leurs démarches d'installation et en les mettant en relation avec des employeurs et des acteurs du milieu. Ce service couvre la ville de Saguenay et la MRC du Fjord-du-Saguenay.

Le PASI s'adresse aux personnes immigrantes de tous âges et offre un accompagnement personnalisé pour faciliter leur installation, leur intégration socio-professionnelle et leur adaptation à la culture québécoise. Ce programme est offert dans l'arrondissement de La Baie et sur le territoire de la MRC du Fjord-du-Saguenay.

La Baie : 942, rue de la Fabrique

Chicoutimi : 380, rue Racine Est

Jonquière : 2338, rue Saint-Dominique

418 697-0634

info@cjesag.qc.ca

cjesag.qc.ca

Ressources

Services spécifiques aux personnes immigrantes sur le territoire de la ville de Saguenay :

Service d'accueil pour nouveaux arrivants (SANA) – Saguenay-Le Fjord

Le SANA accompagne chaque personne dans la construction d'un projet de vie durable à Saguenay-Le Fjord. Grâce à un accompagnement humain, une connaissance fine du milieu local et un réseau de partenaires engagés, il facilite l'insertion sociale, professionnelle et culturelle, tout en créant des passerelles solides avec la communauté d'accueil.
581 221-3163

saguenaycapitale.ca/sanasaguenaylefjord

Groupe Inclusia

Accompagnement personnalisé, installation, établissement, intégration, employabilité, régionalisation de l'immigration et formation sur mesure à toutes personnes et entreprises souhaitant favoriser l'inclusion sociale et professionnelle, la participation au marché du travail et le développement des ressources humaines.
418 548-3445

info@groupeinclusia.com
groupeinclusia.com

Carrefour jeunesse-emploi Saguenay (CJE)

Accompagnement personnalisé : installation, intégration, employabilité, etc.
418 697-0634
cjesag.qc.ca

Situation d'urgence 24/7

Police, incendie et ambulance 9-1-1

Info-Santé/Info-Social 8-1-1

Bris d'aqueduc et refoulement d'égout
418 698-3000
requete.saguenay.ca

Panne électrique
Hydro-Jonquière (Jonquière)
418 698-3370

Hydro-Québec
(Chicoutimi et La Baie)
1 800 790-2424
pannes.hydroquebec.com

Empoisonnement et intoxication
1 800 463-5060

Prévention du suicide
1 866 277-3553
1 866 APPELLE (277-3553)

Échec au crime Québec
1 800 711-1800

Sûreté du Québec
418 310-4141

Aéroport Saguenay-Bagotville
418 677-2651
aeroport.saguenay.ca

Santé et services sociaux

Hôpitaux

Chicoutimi
418 541-1000

Jonquière
418 695-7700

Cléophas-Claveau (La Baie)
418 544-3381

CLSC
Centre local de services communautaires

Chicoutimi
418 543-2221

Jonquière
418 695-2572

La Baie
418 544-3381

Jonquière Médic
418 699-6030

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) du Saguenay-Lac-Saint-Jean
418 545-4980
Sans frais : 1 800 370-4980
santesaglac.gouv.qc.ca

Contraception, dépistage, ITS et interruption de grossesse
418 695-7732

Informations et services municipaux

Hôtel de ville et informations générales

418 698-3000

ville.saguenay.ca

201, rue Racine Est, C.P. 8060,
Chicoutimi (Qc) G7H 5B8

Bureaux d'arrondissement

Chicoutimi

418 698-3355

150, boul. du Saguenay Est,
C.P. 8060,
Chicoutimi (Qc) G7H 5B8

Jonquière

418 698-3356

2354, rue St-Dominique, C.P. 2000,
Jonquière (Qc) G7X 6L2

La Baie

418 698-3357

422, rue Victoria
La Baie (Qc) G7B 3M4

Pour toute demande d'information ou requête de service

requete.saguenay.ca

Police (information)

418 699-6000

Sécurité incendie

418 698-3380

Cour municipale

ville.saguenay.ca/services-aux-citoyens/cour-municipale

Hôtel de ville de Saguenay
201, rue Racine Est, C.P. 8060,
Chicoutimi (Qc) G7H 5B8

Culture, sport et vie communautaire

418 698-3200

Soutien professionnel, psychologique et lignes d'écoute (24/7)*

Centre de prévention du suicide

1 866 277-3553

418 545-1919*

cps02.org

*clavardage et texte

SOS Violence conjugale

1 800 363-9010

438 601-1211*

sosviolenceconjugale.ca

*clavardage et texte

Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)

1 877 543-9695

418 543-9695

cavac.qc.ca/contact

Femmes-Action séparation/divorce

418 693-1161

femmes-action.org

Protection de la jeunesse (DPJ)

1 800 463-9188

418 543-3006*

quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/enfance/protection-de-la-jeunesse

*clavardage et texte

Ligne-Parents

1 800 361-5085*

ligneparents.com/ligneparents

*clavardage et texte

Abus aux aînés

1 888 489-2287

aideabusaines.ca

Tel-Aide

1 888 600-2433

418 695-2433

telaide.qc.ca

Tel-Jeunes

1 800 263-2266*

teljeunes.com

*clavardage et texte

Jeunesse

J'écoute

1 800 668-6868*

jeunessejecoute.ca

*clavardage et texte

Inter ligne

avant (Gai Écoute)

1 888 505-1010*

interligne.co

*clavardage et texte

Jeu, aide et référence

1 800 461-0140

514 527-0140*

aidejeu.ca

*clavardage et texte

Drogue, aide et référence

1 800 265-2626

514 527-2626*

aidedrogue.ca

*clavardage et texte

Narcotique anonyme

1 855 544-6362

naquebec.org

Alcool-AI-Anon

1 888 425-2666

418 696-2303

al-anon.org/fr

Maison d'accueil pour sans-abris de Chicoutimi

418 549-3510

[cdcduroc.com/membres/
maison-daccueil-pour-
sans-abri-de-chicoutimi](http://cdcduroc.com/membres/maison-daccueil-pour-sans-abri-de-chicoutimi)

Protection, défense des droits et aide juridique*

Aide juridique

Service juridique public offert gratuitement (ou moyennant une contribution) aux personnes financièrement admissibles qui en font la demande.

aidejuridiquesaglac.com

Chicoutimi

418 543-7783

bajchic@ccjsaglac.ca

Jonquière

418 547-2644

bajjonquiere@ccjsaglac.ca

La Baie

418 544-8211

bajlabai@ccjsaglac.ca

Consultation téléphonique gratuite lors d'une arrestation

1 800 842-2213

Avocats au service de l'immigration

Bottin des avocats et services offerts

barreau.qc.ca

514 954-3411

Sans frais : 1 844 954-3411

infobarreau@barreau.qc.ca

Centre de justice de proximité

Services gratuits
d'information, soutien
et d'orientation juridique,
quels que soient les revenus
du requérant ou la nature
juridique du problème
rencontré.

418 412-7722

Sans frais : 1 844 412-7722

[justicedeproximite.qc.ca/
centres/saguenay-lac-saint-jean](http://justicedeproximite.qc.ca/centres/saguenay-lac-saint-jean)

Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse

1 800 361-6477

cdpdj.qc.ca

Commission des normes du travail (CNESST)

1 844 838-0808

cnesst.gouv.qc.ca

Educaloi

educaloi.qc.ca

Office des personnes handicapées du Québec

ophq.gouv.qc.ca

1 800 567-1465

Téléscripteur : 1 800 567-1477

Palais de justice de Chicoutimi

418 696-9926

227, rue Racine Est,

Chicoutimi (Qc) G7H 7B4

[justice.gouv.qc.ca/nous-joindre/
trouver-un-palais-de-justice/
palais-de-justice-de-chicoutimi](http://justice.gouv.qc.ca/nous-joindre/trouver-un-palais-de-justice/palais-de-justice-de-chicoutimi)

Tribunal administratif du logement

1 800 683-2245

tal.gouv.qc.ca

Finances personnelles

Service budgétaire

Jonquière

418 412-4447

Chicoutimi

418 549-7597

La Baie et Bas-Saguenay

418 544-5611

**POUR ALLER
plus loin**

Nous vous invitons à consulter le Guide des services offerts aux personnes de 65 ans et +.

Ce document présente un répertoire détaillé des ressources, organismes et services disponibles sur le territoire de la ville de Saguenay.

aines.saguenay.ca

La Division communautaire et développement social vous offre deux guides regroupant les coordonnées de diverses ressources disponibles, pour vous, sur le territoire.

Sous forme de bottin, ces deux guides sont disponibles en ligne de même que des copies papier peuvent être mises à votre disposition.



Guide des services
offerts aux personnes
de 65 ans et +



aines.saguenay.ca

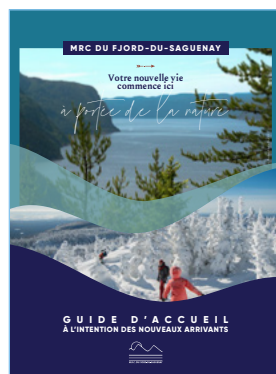


Guide des services
offerts aux personnes
handicapées



handicap.saguenay.ca

Nous vous invitons également à consulter le Guide d'accueil des nouveaux arrivants de la MRC du Fjord-du-Saguenay.



Guide d'accueil
des nouveaux
arrivants de la MRC
du Fjord-du-Saguenay



mrc-fjord.qc.ca

SAGUENAY

Mon milieu de *vie!*



REMERCIEMENTS

La Ville de Saguenay tient à remercier l'ensemble des organisations partenaires qui ont participé et contribué, de près ou de loin, aux différentes étapes d'élaboration du guide.

**Merci pour votre engagement,
votre soutien et votre disponibilité!**

Nous remercions également le ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration (MIFI) pour la contribution au financement du guide.

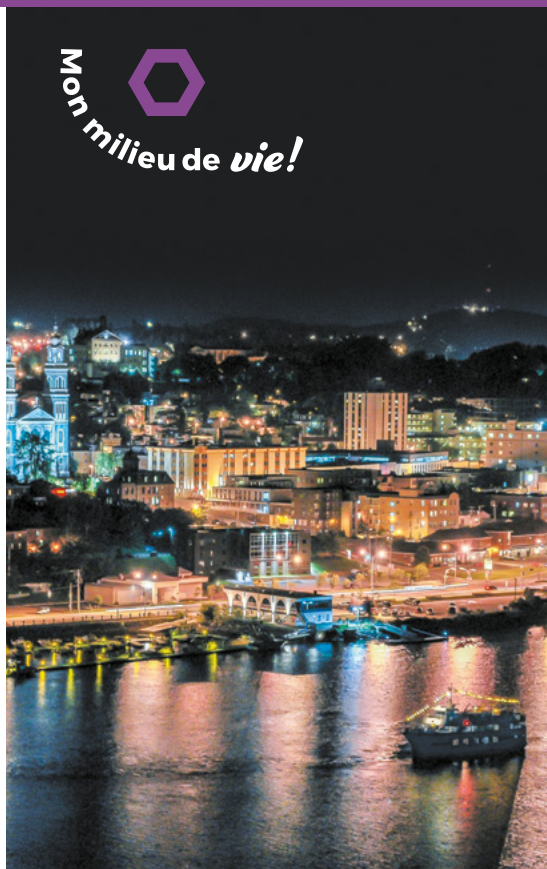
Découvrez dès maintenant, sur immigration.saguenay.ca **section Boîte à outils et ressources**, un espace rempli d'informations utiles, de capsules vidéo de formation, de balados et de fiches concrètes pour vous inspirer, enrichir vos pratiques et contribuer activement à un accueil inclusif et dynamique dans notre communauté.

Simon Lapointe,
agent de projets, développement social
Division communautaire
et développement social
Service de la culture, des sports
et de la vie communautaire,
Ville de Saguenay

Nayeth Foglia,
conseillère communautaire
Division communautaire
et développement social
Service de la culture, des sports
et de la vie communautaire,
Ville de Saguenay



Mon milieu de *vie!*



immigration.saguenay.ca

Photos couvertures : Canopée, Laurent Silvani, Martial Tremblay

