



# FICHE D'ACCUEIL

## #1 Principes généraux



## LISTE DES FICHES D'ACCUEIL DISPONIBLES

- #1 Principes généraux
- #2 Les valeurs communes
- #3 Parler français
- #4 Habitation
- #5 L'alimentation
- #6 Prévenir les incendies
- #7 Trier les ordures et le recyclage
- #8 La météo
- #9 Se déplacer
- #10 Conduire un véhicule
- #11 Se faire soigner
- #12 Les enfants
- #13 Trouver un emploi
- #14 Les loisirs
- #15 La sécurité

**ATTENTION** : Il est possible que des références aient évolué dans le temps.

---

*Les fiches d'accueil ont été réalisées par le CLD de la région de Rivière-du-Loup qui s'est inspiré des documents de la Ville de Québec ainsi que ceux du Cégep de Rivière-du-Loup.*

---

# Quand La VRAIE Vie s'installe!

Bienvenue dans la Municipalité régionale de comté (MRC) de Rivière-du-Loup.

Les résidents de la MRC de Rivière-du-Loup ont le privilège de vivre dans un environnement naturel de grande qualité tout en bénéficiant des services ainsi que de la vitalité commerciale et culturelle d'un des plus importants pôles urbains de l'Est-du-Québec. Le Québec est divisé en 17 régions administratives et la MRC de Rivière-du-Loup est l'une des 8 MRC de la région administrative du Bas-Saint-Laurent.

La MRC est formée de 13 municipalités, dont un centre urbain, la ville de Rivière-du-Loup. Les 12 autres municipalités se nomment : Cacouna, L'Isle-Verte, Notre-Dame-des-Sept-Douleurs, Notre-Dame-du-Portage, Saint-Antonin, Saint-Arsène, Saint-Cyprien, Saint-Épiphanie, Saint-François-de-Viger, Saint-Hubert-de-Rivière-du-Loup, Saint-Modeste et Saint-Paul-de-la-Croix.

Son territoire fait une superficie de 1 267,45 kilomètres carrés.

Sa population s'élève à 34 750 en 2020, selon le Ministère des Affaires municipales et de l'Habitation (MAMH).

Comme tous les louteriens, les nouveaux arrivants comprendront vite ce qui lie la population de la MRC à son territoire : un attachement profond à une qualité de vie exceptionnelle en harmonie entre la nature et la vie urbaine.

C'est dans ce contexte que nous avons tenu à produire ces fiches informatives, accessibles et pratiques, vous permettant d'éclaircir des concepts reliés à la vie de tous les jours au Québec et aussi, plus spécialement, sur le territoire de la MRC de Rivière-du-Loup, La VRAIE Vie!

*La MRC de Rivière-du-Loup, La VRAIE Vie!*







*C'est l'authenticité et l'équilibre tant dans la vie professionnelle que personnelle.*

*C'est de l'espace pour vivre pleinement sa vie rurale et urbaine à échelle humaine.*

## **Alors choisir où atterrir dans la MRC!**

Chacun des endroits possède sa couleur qui lui est propre ainsi qu'un environnement et des caractéristiques sociodémographiques particulières. Bien que différents, tous proposent des services uniques qui répondent aux besoins de la population. Pour une découverte du territoire : [www.riviereduloup.ca](http://www.riviereduloup.ca)

## DES INFORMATIONS GÉNÉRALES

	<p>Fuseau horaire UTC-05:00. 2<sup>e</sup> dimanche de mars, horloges avancées d'une heure (heure avancée de l'Est (H.A.E.). 1<sup>er</sup> dimanche de novembre, horloges reculées d'une heure (heure normale de l'Est (H.N.E.).</p>
	<p>110 volts, 60 cycles. Adaptateur pour les appareils électriques conçus pour un autre type de courant, comme les 220 volts utilisés en Europe.</p>
	<p>La taxe fédérale sur les produits et services (TPS) est de 5 % et s'applique à la plupart des biens et services au Canada.</p> <p>La taxe de vente du Québec (TVQ) est de 9,975 % et qui s'ajoute à la taxe fédérale. Donc, dans la majorité des cas, attendez-vous à payer environ 15 % plus cher que le prix indiqué.</p>
	<p>La taxation sur votre salaire est en lien avec une déclaration annuelle des revenus (nommée rapport d'impôts), auprès des gouvernements fédéral et provincial. Les employeurs émettent un formulaire statuant de votre revenu et des retenues qui ont déjà été perçues durant l'année. Une déclaration doit être produite entre le 1<sup>er</sup> mars et le 30 avril pour les revenus de l'année précédente. Différentes institutions peuvent vous accompagner dans votre première déclaration Il peut y avoir un solde à payer ou un remboursement de la part d'un ou des deux gouvernements.</p>
	<p>Pourboires non compris dans l'addition des cafés et restaurants (sauf indication contraire).</p> <p>Pourboire correspondant plus souvent à 15 % du total <u>avant taxes</u>. Les pourboires aux chauffeurs de taxi, coiffeurs, esthéticiennes, etc. sont à la discrétion des clients.</p>
	<p>Les adresses sont paires d'un côté de la rue et impaires de l'autre. La numérotation est croissante et, pour qu'elle se suive des deux côtés, certains numéros ne sont pas attribués.</p>

## COÛT DE LA VIE

Afin d'établir votre budget le plus adéquatement possible, il faut envisager les frais de base des éléments qui soutiennent le quotidien. On parle ici de logement, alimentation, électricité, transport, télécommunications, vêtements, assurances, médicaments, autres produits pharmaceutiques, activités sociales et récréatives, etc.

**Besoin d'aide?**  
ACEF du Grand-Portage  
[www.acefgp.ca](http://www.acefgp.ca)  
418 867-8545

### Quelques repères :

- Le coût du logement devrait représenter environ 30 % de votre revenu net. Les coûts moyens varient d'une municipalité à une autre. Néanmoins, à la ville de Rivière-du-Loup en 2019, le coût moyen d'un 4 ½ (2 chambres) était de 622 \$ par mois. Le prix médian (pour l'ensemble des 13 municipalités de la Municipalité régionale de comté) d'une maison unifamiliale, en 2019, s'établissait à 180 000 \$.
- Les coûts de l'électricité sont répartis en deux grandes dépenses, le chauffage et l'eau chaude. Il faut prévoir une plus grande consommation au cours des mois d'hiver, soit décembre, janvier, février et mars. Avec le fournisseur, Hydro-Québec, il y a une possibilité de faire des paiements mensuels égaux pour éviter les surprises. Le calcul est basé sur l'utilisation antérieure.
- Les coûts liés à l'alimentation sont évidemment variables en fonction du format familial. Un jeune adulte peut par exemple prévoir une dépense d'environ 75 \$ par semaine.
- Des informations plus détaillées sont fournies dans les fiches *Habitation* et *L'alimentation*.

## INSTITUTIONS FINANCIÈRES

### ➤ Ouvrir un compte bancaire

Vous devez ouvrir un compte dans une institution financière, soit dans une caisse Desjardins (institution coopérative), soit dans une banque. Les autres institutions présentes sur le territoire sont entre autres, La Banque Nationale du Canada et BMO Banque de Montréal. Toutes offrent des avantages aux nouveaux arrivants pour leur première année (commande gratuite de chèques, forfait pour les frais).

Vous aurez à présenter une pièce d'identité officielle, soit votre passeport, carte d'assurance-maladie, votre document officiel d'Immigration Citoyenneté Canada et votre numéro d'assurance sociale.

### ➤ Transfert de fonds

Pour connaître les procédures et les coûts liés aux transferts de fonds avec votre pays, il est préférable de vous informer auprès des institutions. La plupart propose un service spécialisé aux nouveaux arrivants. De plus, il existe la possibilité d'utiliser les services de transfert de Western Union, qui sont moins coûteux et plus simples dans les procédures.

### ➤ Carte de débit

Généralement, la carte de débit peut être utilisée pour la quasi-totalité des biens et services que vous vous procurerez. Il se peut que le marchand fixe un montant minimal d'achat pour autoriser l'utilisation d'une carte de débit. Il est suggéré de vérifier avec le commerçant si l'utilisation de la carte est acceptée avant de procéder à l'achat.

Lors du paiement à l'aide d'une carte de débit dans un magasin, vous pouvez parfois profiter de cette transaction pour effectuer un retrait d'argent. En général, ces retraits sont exclus de la limite fixée par votre institution financière pour des retraits aux guichets automatiques.

### ➤ Guichets automatiques privés (type ATM)

En plus des guichets automatiques propriétés des institutions financières, il existe des guichets privés qui sont généralement localisés dans les commerces (bars, restaurants, coiffeurs). Ces commerçants n'offrent pas le paiement direct et ils invitent la clientèle à accéder au guichet sur place. ATTENTION : Des frais de transactions seront imputés sur votre compte bancaire.

➤ **Bureau de change**

Il n'existe aucun bureau de change à Rivière-du-Loup. Les plus près pour échanger de l'argent en espèce se situent à Rimouski ou à Québec. Cependant, toutes les institutions bancaires offrent ce service.

➤ **Déclaration de revenus (impôts)**

Une déclaration des revenus doit être produite entre le 1<sup>er</sup> mars et le 30 avril pour les revenus de l'année précédente. Pour la première déclaration, il faut inclure les revenus gagnés à l'étranger dans l'année précédente. Différentes institutions peuvent vous accompagner dans votre première déclaration.



Centre local de développement  
Région de Rivière-du-Loup

**Pour de l'information supplémentaire, communiquez avec  
le Centre local de développement de la région de Rivière-du-Loup**

**Adresse**

310, rue Saint-Pierre, local RC-01  
Rivière-du-Loup (Québec) G5R 3V3

**Heures d'ouverture des bureaux**

Du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 30

**Accueil téléphonique**

Du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 30

**Pour rejoindre les agentes de développement à l'immigration**

418 862-1823, poste 106 ou poste 107

[www.riviereduloup.ca](http://www.riviereduloup.ca)