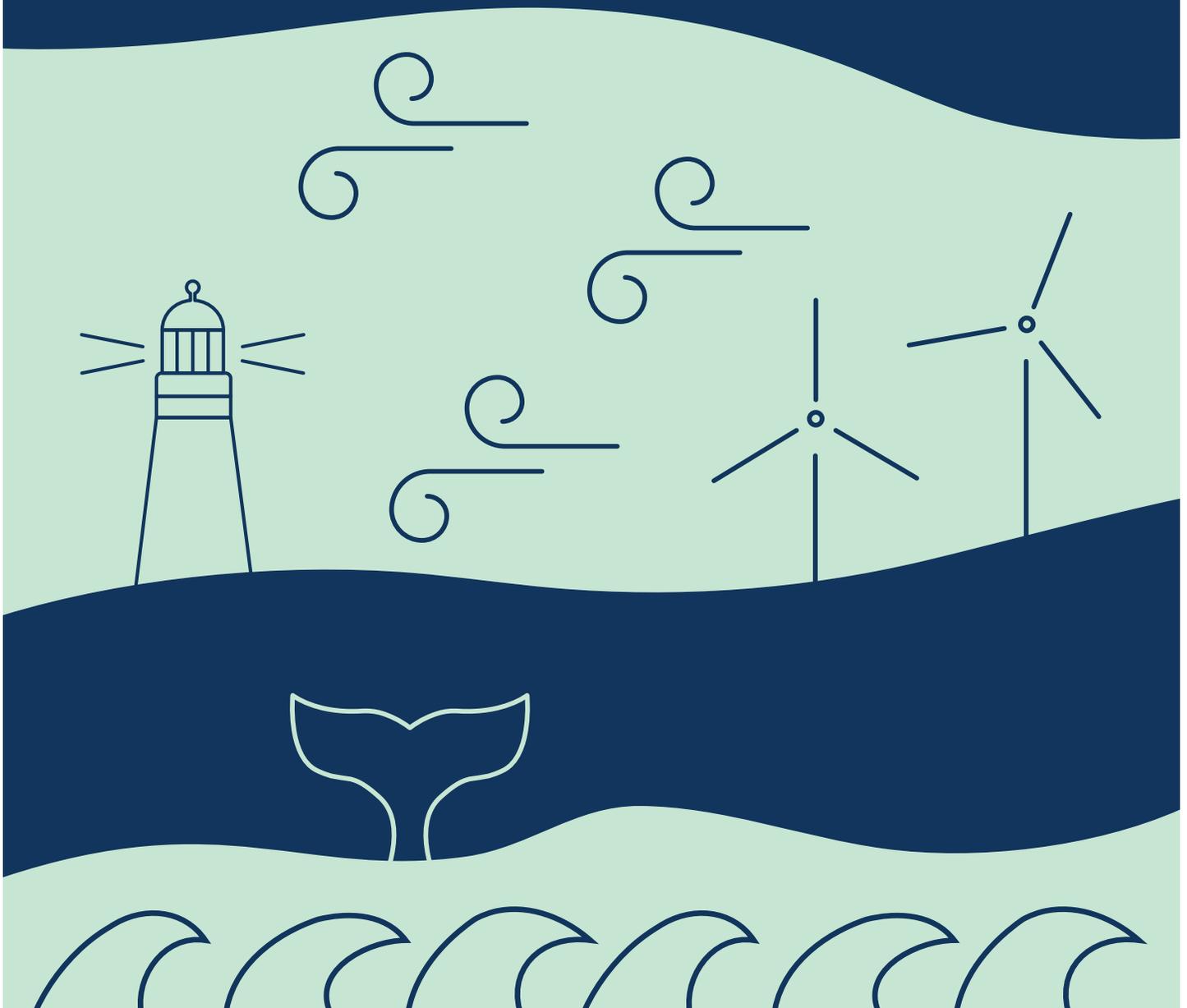
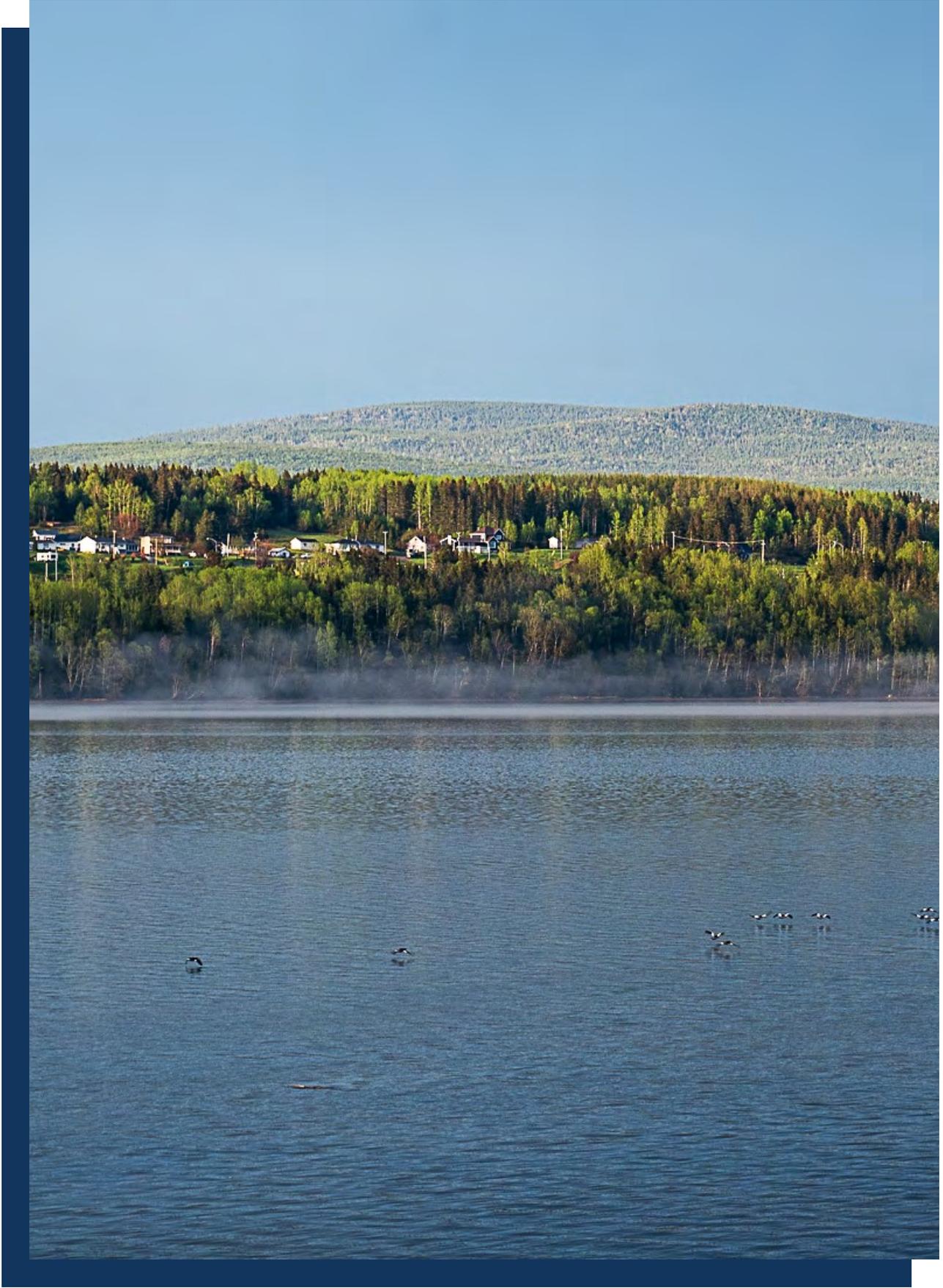


GUIDE D'ACCUEIL DES NOUVEAUX ARRIVANTS

— MRC DE LA CÔTE-DE-GASPÉ —





St-Majorique (Gaspé) Crédit : Da Média

Table des matières

4.	La Côte-de-Gaspé, un milieu vivifiant!
5.	Cinq municipalités
11	Se loger
12	Se meubler
12	S'alimenter
14.	Se trouver un travail
15	Obtenir un service de garde pour enfants
16	Gérer ses finances
17	Se déplacer
20	Communiquer
21	Apprivoiser l'hiver
22.	Investir
22.	Apprendre
23.	Prendre soin de sa santé physique et mentale
25.	Rester informé localement
25.	Tisser de nouvelles amitiés
26.	Quoi faire dans La Côte-de-Gaspé?
29.	Références supplémentaires pour les personnes immigrantes
31	Des organisations pour vous

Crédits et remerciements

Coordination :

Julie Pineault
MRC de La Côte-de-Gaspé

Révision linguistique :

Ginette Roy

Rédaction :

Mélissa Fortin-Lapointe
Place aux jeunes

Julie Pineault
MRC de La Côte-de-Gaspé

Graphisme :

Vincent St-Gelais
Vincent Fla Fla | Design graphique



Cette icône identifie une information qui s'adresse plus spécifiquement aux personnes immigrantes.

La Côte-de-Gaspé, un milieu vivifiant!

La Côte-de-Gaspé compte plus de 17 000 habitants sur un territoire d'une superficie de 4 130 km². On y retrouve les municipalités de Gaspé, Cloridorme, Petite-Vallée, Grande-Vallée et Murdochville.

Bercée par la mer et surplombée par les montagnes, la MRC de La Côte-de-Gaspé offre une qualité de vie sans pareille. Oubliez les bouchons de circulation, ce sont plutôt les marées et les saisons qui rythment la vie sur la péninsule! Avec le centre administratif de la région Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine sur son territoire, La Côte-de-Gaspé dispose d'une foule d'institutions et de services publics et parapublics qui comblent les besoins de la population tout en procurant une multitude d'emplois. Ces services, combinés à des

panoramas hors du commun et à une nature généreuse, font de notre territoire un agréable milieu de vie où toute la famille peut s'épanouir. Que vous soyez une personne amoureuse de la culture ou passionnée de grands espaces, laissez-vous charmer par tout ce que La Côte-de-Gaspé a à offrir!

La diversité culturelle de La Côte-de-Gaspé en fait un lieu d'échange très intéressant. Les premiers occupants, formés par la nation Mi'gmaq, suivie des Français, Acadiens, Loyalistes, Bretons, Basques, Anglais, Jersiais, Irlandais et Écossais, ont contribué au fil des générations à développer des communautés où les traditions s'entremêlent pour former un paysage multiculturel riche.



Crédit photo : Dá Média

Cinq municipalités

Grande-Vallée

Dotée d'une situation géographique exceptionnelle, Grande-Vallée est une municipalité qui gagne à être découverte toute l'année durant. Région ressource, le territoire est reconnu pour ses vastes étendues boisées, ses rivières et la beauté de ses paysages. Immérgé entre mer et montagnes, le village se veut une destination privilégiée. L'église, le cœur du village, est fièrement perchée sur un cap qui, à la nuit tombée, s'illumine de tous ses feux. Ce site fort convoité par les touristes est un des points de vue les plus photographiés en Gaspésie. L'activité économique principale tourne autour de l'industrie forestière. Les autres emplois sont situés dans les commerces et services, sans parler des occasions d'affaires si vous avez la fibre entrepreneuriale. On y retrouve plusieurs services publics en santé, éducation, sécurité publique, en plus d'une institution financière et de plusieurs organismes communautaires.

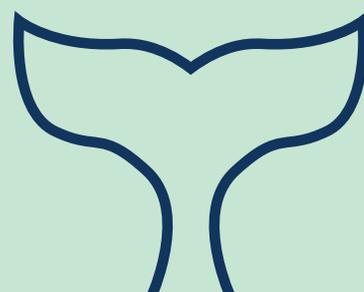
Grande-Vallée possède plusieurs infrastructures et constitue un pôle économique pour les municipalités périphériques. Les nombreux services assurent la viabilité des entreprises tout en permettant aux familles de s'épanouir. Jeux d'eau, parc, centre culturel (Espace Esdras-Minville), plages aménagées et sentiers de plein air ne sont que quelques exemples de ce dont vous pourrez profiter à Grande-Vallée; sans compter les événements populaires, dont le Festival country et une partie de la programmation du Festival en chanson de Petite-Vallée.

Site web : www.grande-vallee.ca

Téléphone : (418) 393-2161

Population : 1070

Gentilé : Grande-Valléen, enne





Petite-Vallée

Nichée au fond d'une anse et bordée par le Saint-Laurent, Petite-Vallée est l'hôte du Festival en chanson, un événement estival de renommée internationale qui rayonne bien au-delà des frontières de la Gaspésie. Ce village est la preuve vivante qu'une petite communauté peut être un terreau fertile pour les projets les plus audacieux. Une visite sur le site de la Longue Pointe s'avère un incontournable pour prendre la mesure de l'esprit du lieu. Au-delà de son magnétisme culturel, Petite-Vallée est dotée d'une télévision communautaire, d'un havre de pêche, d'un observatoire, de sentiers de randonnée et d'infrastructures sportives. Le sentier qui mène au mont Didier offre une vue saisissante sur le fleuve et sur les montagnes environnantes des Chic-Chocs. L'arrière-pays saura charmer les randonneurs, les amateurs de pêche à la truite, les chasseurs de petits gibiers et d'original. Et pour une dose d'adrénaline supplémentaire, les sentiers de motoneige et de quad se déploient le long de paysages à couper le souffle.

Site web : www.petitevallee.ca

Téléphone : (418) 393-2949

Population : 157

Gentilé : Petite-Valléen, Valléenne

Cloridorme

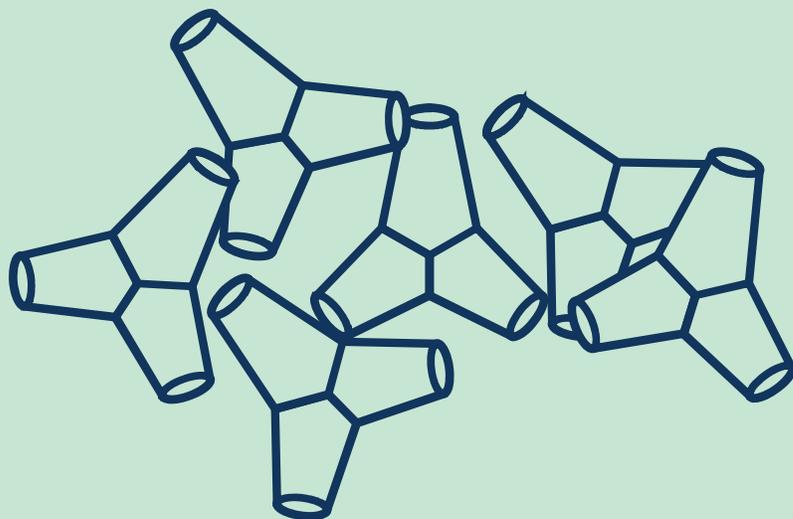
Se déroulant sur plus de 16 kilomètres de littoral montagneux, le territoire de Cloridorme inclut les secteurs de Pointe-à-la-Frégate, Petite-Anse, Cloridorme-Ouest et Saint-Yvon. L'industrie de la pêche est le secteur d'activité le plus important sur le territoire, en plus de l'industrie touristique. Cloridorme est un village inspirant pour plusieurs artistes en arts visuels. La boutique du quai et la halte de Saint-Yvon sont de véritables cavernes d'Ali Baba où l'on fait de belles découvertes. En plus d'un riche patrimoine naturel, Cloridorme peut s'enorgueillir de posséder des milieux humides, de la forêt et 52 lacs où foisonnent une multitude d'espèces animales et végétales.

Site web : canton-de-cloridorme.com

Téléphone : (418) 395-2808 ou (418) 395-2303

Population : 625

Gentilé : Cloridormien, ienne





Murdochville

Seule municipalité de la MRC située à l'intérieur des terres, Murdochville troque les littoraux pour les montagnes. L'enseignement primaire et secondaire, l'infrastructure industrielle disponible et les centres de plein air ne sont que quelques exemples du potentiel et des services que l'on peut retrouver dans cette ville fondée en 1953 grâce à l'exploitation du cuivre. Elle compte également sur les nouvelles technologies de l'information et de communication, le récréotourisme, la géothermie et l'éolien pour maintenir et poursuivre son développement. Avis aux amoureux de poudreuse, Murdochville détient le record de la ville québécoise enregistrant la plus haute moyenne de précipitations de neige annuellement, soit 516 centimètres. Ce n'est pas pour rien qu'elle est désormais reconnue comme le paradis du ski hors-piste en Amérique du Nord.

Site web : www.murdochville.com

Téléphone : (418) 784-2536

Population : 618

Gentilé : Murdochvillois, oise



Gaspé

Située à l'extrémité est de la péninsule gaspésienne, la ville de Gaspé, centre administratif de la région Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine, s'étend sur 1356 km². La ville est organisée autour de 6 quartiers et sa population est en croissance depuis 2016.

Carte tirée de la Politique municipale de la famille et des personnes âgées de la Ville de Gaspé

Baignée par 145 kilomètres de littoral et trois rivières, Gaspé jouit de tous les avantages d'un milieu rural en plus d'avoir des services plus urbains. Elle dispose en effet d'une institution collégiale, d'un important réseau de santé, de centres de recherche, d'un port accessible à l'année et d'un aéroport. Une multitude d'infrastructures permettent des activités culturelles, sportives et de plein air sur tout le territoire : arénas, patinoires extérieures, planchodrome, pavillon des sports, clubs nautiques, centre de ski, deux pistes cyclables, plusieurs sentiers de randonnées, etc. L'offre événementielle y est bien présente, avec des spectacles et des événements pour tous les goûts, et ce à l'année.

Les résidents de Gaspé se démarquent par leurs origines culturelles diverses, qu'ils soient descendants britanniques, irlandais, français ou encore membres de la **Nation Mi'gmaq de Gespeg** (comptant plus de 1000 membres). Gaspé est l'une des seules villes canadiennes à accueillir un parc national à l'intérieur de son territoire : **Le Parc national Forillon**.

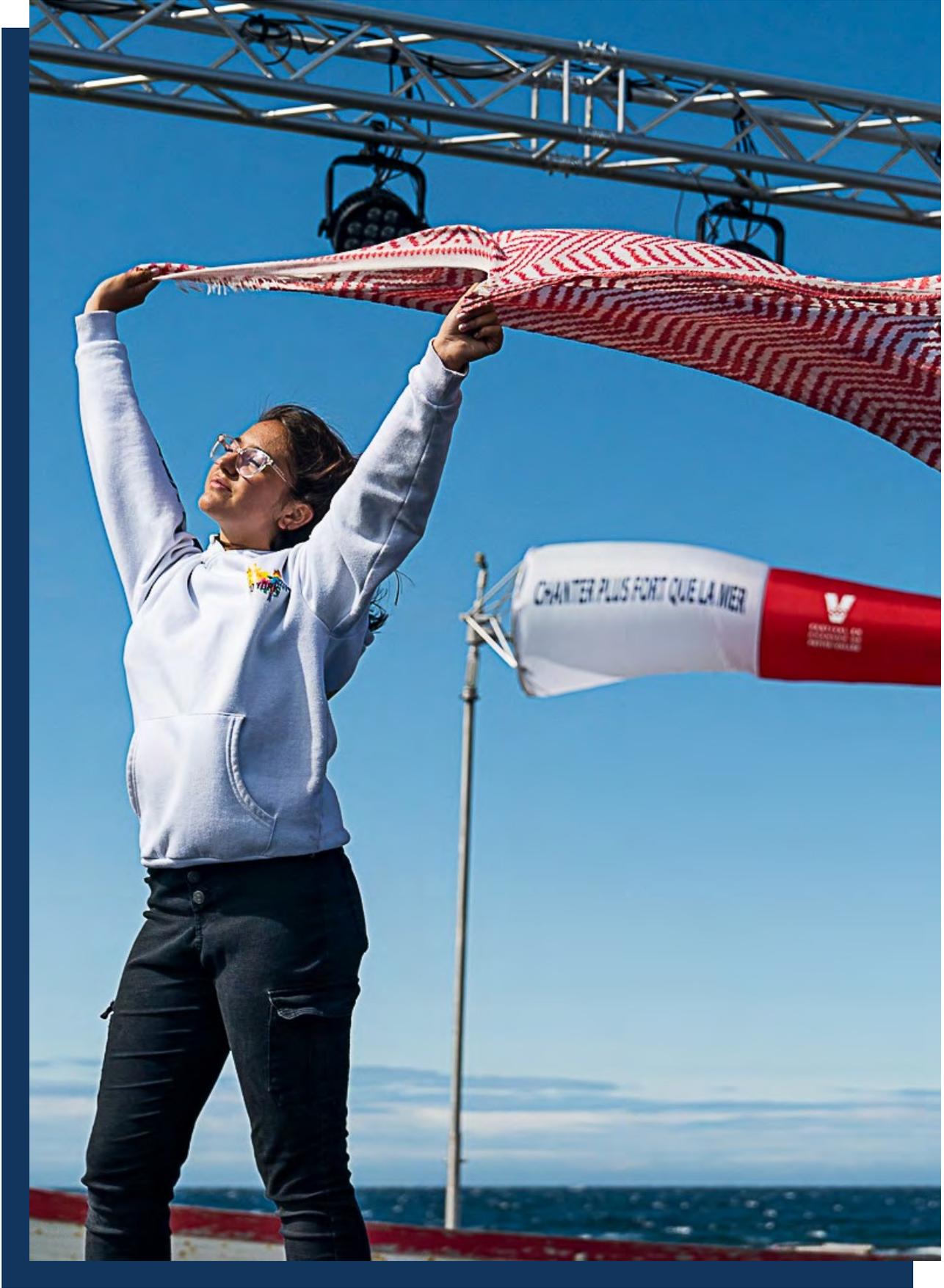
Site web : www.ville.gaspe.qc.ca

Téléphone : (418) 368-2104

Population : 15 627

Gentilé : Gaspésien, ienne





Crédit photo : Da Média

Se loger



Il ne faut pas se faire de cachette, comme presque partout au Québec, il peut s'avérer ardu de se loger dans plusieurs villes, villages ou quartiers de La Côte-de-Gaspé. Les raisons sont multiples, dont la construction au ralenti et un solde migratoire positif. La Côte-de-Gaspé est un territoire accueillant et attractif, mais la construction de nouveaux logements n'a pas été aussi rapide que le développement, nous sommes donc en mode rattrapage. Néanmoins, voici plusieurs informations qui sauront vous aider dans votre recherche, que ce soit pour un loyer ou l'achat d'une maison.

Comment trouver un loyer ?

- Repérer les affiches « à louer »
- Faire connaître votre besoin autour de vous; on fonctionne souvent avec le bouche-à-oreille
- Groupe Facebook [« logement à louer Gaspé et les environs »](#)
- Radio-Gaspésie (chronique Logis-libre)
- Demander au CJE de vous aider

Vous souhaitez plutôt acheter ?

Le [site de Centris](#) permet de rechercher toutes les propriétés à vendre ou à louer par les courtiers immobiliers dans La Côte-de-Gaspé et ses environs.

Voici les agences immobilières généralement présentes sur le territoire de La Côte-de-Gaspé : Century 21, Remax, Royale LePage, Vendomax, Via Capitale, ainsi que les services d'assistance Duproprio et Proprio Direct.



Crédit photo : Da Média



Se meubler

Pour vous procurer des meubles, appareils électroménagers et accessoires neufs, vous pouvez vous rendre dans les magasins spécialisés, les magasins à grande surface, le centre de liquidation, les centres commerciaux, les quincailleries et les commerces de villages.

Vous pouvez également retrouver des petits électroménagers et autres accessoires de seconde main (usagés) à bas prix, dans l'une des friperies du territoire (**Gaspé**, **Rivière-au-Renard**, Cloridorme et **Grande-Vallée** et **Murdochville**).

Des pages Facebook sont nombreuses pour les meubles et articles à vendre ou à donner. Utilisez Marketplace, et visitez les groupes À vendre sur les réseaux sociaux. Assurez-vous d'avoir un plan de match pour la livraison, c'est généralement à vous de vous en occuper.



S'alimenter

LES ÉPICERIES À GRANDE SURFACE.

Trois bannières d'épicerie à grande surface sont établies au centre-ville de Gaspé : IGA, Super C et Maxi.

LES MARCHÉS D'ALIMENTATION.

Il s'agit d'une bannière appartenant à une grande chaîne ou d'un commerce indépendant qu'on retrouve à Rivière-au-Renard (Épicerie Alban Aspirault - Marché AMI); à Murdochville (Marché P.A.M. de Murdochville); à Grande-Vallée

(Marché Tradition - Centre d'achat Grande-Vallée et Épicerie Lemieux - Marché Bonichoix); et à Cloridorme (Poissonnerie Marché le Rouge - Marché AMI).

LES COMMERCE DE SPÉCIALITÉS (ÉPICERIES FINES, PRODUITS EN VRAC, BOULANGERIE, ÉPICERIE).

Ils sont situés principalement au centre-ville de Gaspé, à l'exception des poissonneries que l'on retrouve également du côté de Rivière-au-Renard et de Cloridorme.

LES DÉPANNEURS.

Il s'agit de commerces souvent associés à des stations d'essence (mais pas exclusivement) offrant des produits de première nécessité et des denrées alimentaires (en plus petite quantité qu'une épicerie) et comptant généralement plus d'heures d'ouverture. On en retrouve au centre-ville de Gaspé et dans plusieurs villages : Douglastown, L'Anse-au-Griffon, Cap-aux-Os, Saint-Majorique, et Rivière-au-Renard.



Crédit photo : Roger St-Laurent



Crédit photo : Roger St-Laurent

LES CUISINES COLLECTIVES.

Socialiser, cuisiner, et économiser? C'est possible grâce aux cuisines collectives. On en retrouve notamment à L'Anse-à-Valleau, Cap-des-Rosiers, Rivière-au-Renard, Grande-Vallée, Murdochville, Gaspé et Saint-Majorique. Pour information et inscription :

cuisinescollectivescotedegaspe@gmail.com

LE MARCHÉ PUBLIC DE GASPÉ.

De juillet à octobre, le [marché public de Gaspé](#) regroupe hebdomadairement plusieurs entreprises locales : maraîchers, transformateurs alimentaires et artisans. C'est l'occasion d'avoir accès aux produits alimentaires locaux.

LES JARDINS COMMUNAUTAIRES.

Il s'agit d'une terre divisée en petits lots, appelés parcelles, rendues disponibles aux citoyens qui souhaitent en faire la culture de façon autonome. Des outils et des points d'eau sont accessibles. Les jardins communautaires n'exigent généralement aucuns frais. On en trouve à Gaspé, Cap-aux-Os, L'Anse-au-Griffon, L'Anse-à-Valleau, Cloridorme et Murdochville. Des tables potagères à Petite-Vallée et un jardin collectif à Douglastown complètent l'offre. Information :

cpbmcotedegaspe@gmail.com

LE DÉPANNAGE ALIMENTAIRE.

Tout le monde peut, un jour ou l'autre, éprouver des difficultés financières et avoir de la difficulté à payer le coût des aliments. Des organismes communautaires sont là pour vous aider, notamment via le dépannage alimentaire, les popotes roulantes ou les cuisines collectives. Contacter le [Centre d'action bénévole de l'Estran](#) à Grande-Vallée, le [Centre d'action bénévole Les Hauts-Bois de Murdochville](#), le [Centre d'action bénévole Le Hauban de Gaspé](#) et l'[Accueil Blanche-Goulet à Gaspé](#).

FRIGOS COMMUNAUTAIRES.

Un frigo communautaire sert à contrer le gaspillage alimentaire et permet d'offrir gratuitement de la nourriture à des personnes qui vivent une situation de vulnérabilité. Le frigo est accessible à tous et toutes. On en retrouve au Cégep de Gaspé, à la [Maison de la famille Parenfant de Gaspé](#) et au local du Carrefour jeunesse-emploi.

Besoin de produits alimentaires précis (viande halal, épices, etc.)? Demandez au CJE quels commerces en offrent ou comment en demander. Plusieurs épiceries sont ouvertes à faire des commandes spéciales si vous vous adressez à la gérance.



— Se trouver un travail —

Que ce soit pour dénicher un emploi précis, pour explorer les possibilités ou pour découvrir les opportunités de carrière qui ne sont pas affichées, plusieurs ressources sont disponibles dans La Côte-de-Gaspé :

Le Carrefour jeunesse-emploi Côte-de-Gaspé offre des services de recherche d'emploi, d'insertion socioprofessionnelle et de maintien en emploi.



QUATRE AUTRES SOURCES INCONTOURNABLES À CONSULTER POUR LA RECHERCHE D'EMPLOI :

- **EMPLOI-QUÉBEC :**

Pour consulter Placement en ligne, le site du gouvernement du Québec où les employeurs affichent leurs offres d'emploi.

- **COOP ACCÈS TRAVAIL GÎM :**

Pour vos besoins en matière de recherche d'emploi ou de réadaptation socioprofessionnelle.

- **VIVRE EN GASPÉSIE :**

Pour trouver des offres d'emploi et des offres de stages, des mesures incitatives, de l'information sur l'entrepreneuriat et le marché du travail en Gaspésie.

- **RADIO-GASPÉSIE :**

Pour consulter des emplois offerts par des entreprises de la pointe gaspésienne.

Ça vaut le coup d'en parler autour de vous : parlez de vos expériences, de vos compétences et de votre intérêt pour un emploi. Le référencement est souvent très efficace.



Une évaluation comparative des études effectuées hors Québec pourrait aider l'employeur à mieux comprendre vos diplômes obtenus à l'étranger. Il s'agit aussi généralement de la première étape à réaliser pour faire reconnaître ses compétences auprès d'un ordre professionnel lorsque l'emploi est réglementé. Visitez le site de **Qualifications Québec** pour connaître les exigences liées à la pratique de votre profession au Québec. Vous pouvez aussi rencontrer un agent d'aide à l'intégration du Ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'intégration pour obtenir le service de reconnaissance des compétences dans le cadre d'**Accompagnement Québec**.

Obtenir un service de garde pour enfants

Comme dans plusieurs régions du Québec, il peut être difficile de trouver un service de garde si vous avez un enfant de moins de 4 ans. La Côte-de-Gaspé compte 7 installations CPE (centres de la petite enfance) et 29 services de garde en milieu familial reconnu, en plus d'un certain nombre de milieux de garde privés.

- D'abord, il est primordial de s'inscrire au guichet La Place 0-5 ou de mettre à jour son dossier avec sa nouvelle adresse.
- Utilisez le **localisateur de services de garde**, un outil du gouvernement du Québec pour obtenir les coordonnées de tous les Centres de la petite enfance et de toutes les garderies en activité ou dont l'ouverture est prévue dans la prochaine année et demie.
- Contactez le **Bureau coordonnateur du CPE Le Voyage de mon enfance** pour obtenir les listes des services de garde en milieu familial du territoire. Communiquez directement avec les responsables pour vérifier les places disponibles.
- Se renseigner auprès des infirmières en périnatalité ou des organismes **Maison de la famille Parenfant de Gaspé** et **Halte-parents de la Vallée** qui offrent également des services de halte-garderie communautaire.
- Parlez-en autour de vous.



Vous cherchez une personne pour garder occasionnellement? Le temps d'une commission ou d'un spectacle par exemple?

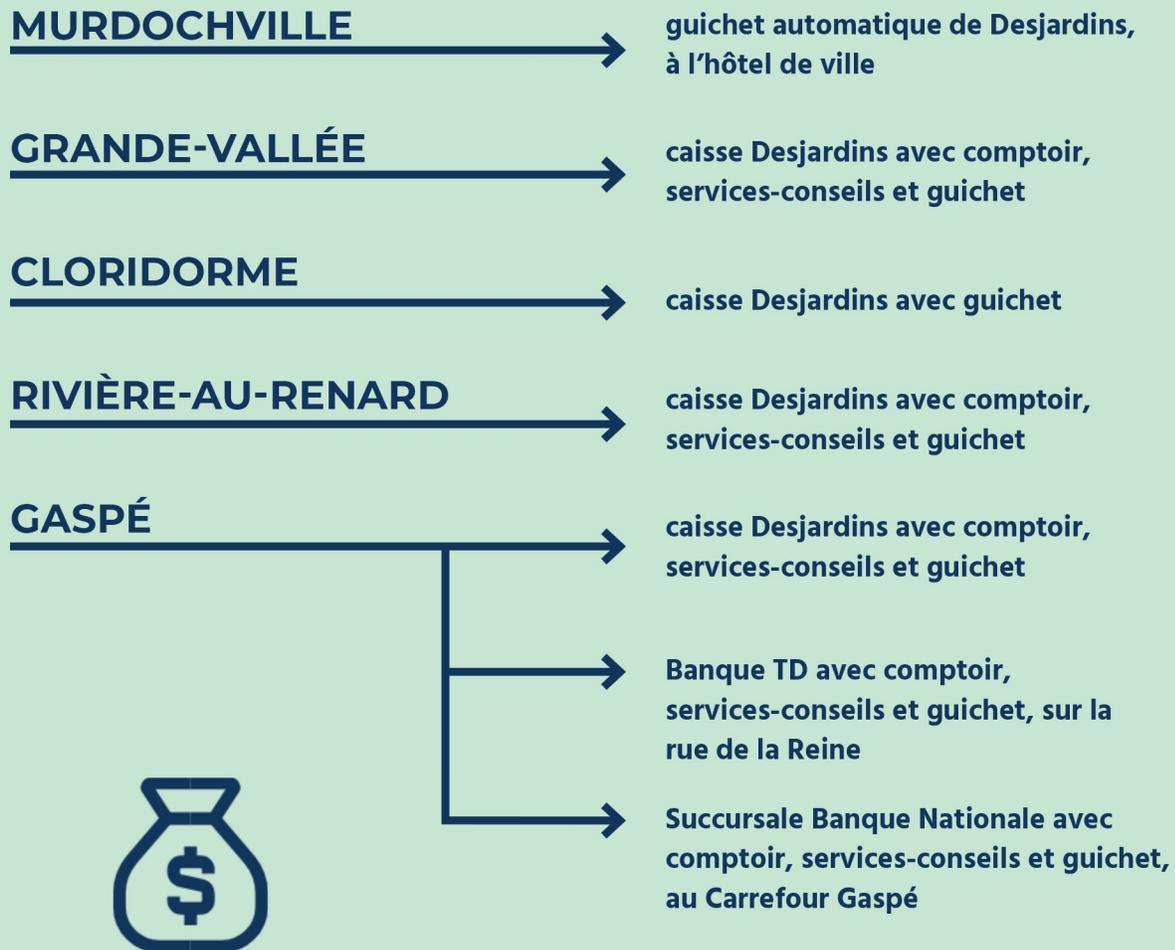
- Parlez-en autour de vous, vos voisins ou collègues ont peut-être déjà une personne qui peut faire un peu de gardiennage.
- Si vous êtes dans le Grand Gaspé, consultez le groupe Facebook **Gardiennage et garderie de Gaspé et les environs**



Crédit photo : Roger St-Laurent

— Gérer ses finances —

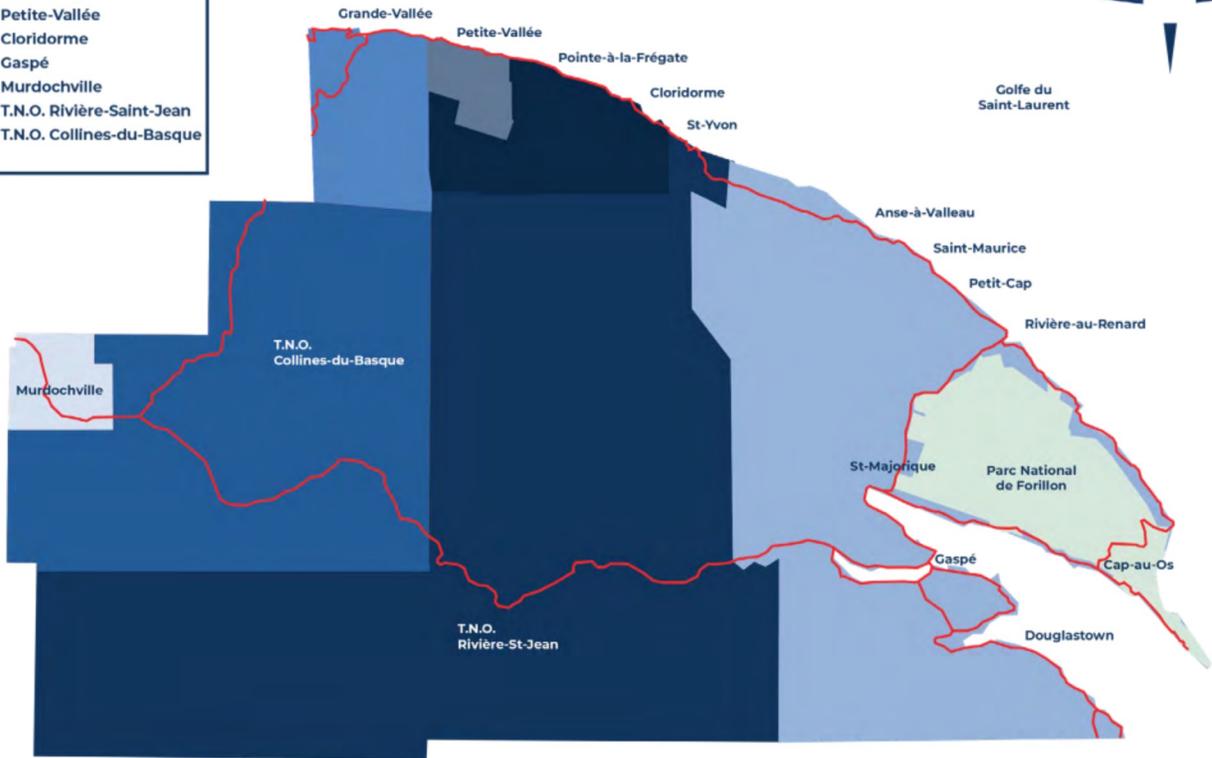
Les institutions financières et les succursales :



Si vos avoirs sont dans une institution financière qui n'est pas présente sur le territoire, considérez les défis à surmonter pour obtenir des services particuliers. Envisagez d'ouvrir un compte dans une institution financière locale.

Astuce : Les chiffres vous donnent des mots de tête? Vous retardez sans cesse les tâches liées à vos finances personnelles? Vous gagnerez à découvrir l'organisme **ACEF de la Péninsule** qui offre des services gratuits et confidentiels en éducation financière, consultation budgétaire, solutions aux problèmes d'endettement, formation et information, et bien davantage!

Se déplacer



1:150 000
0 2 4 8 12 16 kilomètres

- Particularités : 100 km = 1 h ! Il n'y a pas de congestion routière ici !
- Soyez prévoyant : il n'y a pas de réseau cellulaire dans certains endroits forestiers (route 198 entre Murdochville et Gaspé, ainsi que le secteur entre L'Anse-à-Valleau et Saint-Yvon)



Distances routières (km)



	GASPÉ	DOUGLASTOWN	SAINT-MAJORIQUE	RIVIÈRE-AU-RENARD	ANSE-AU-GRIFFON	CAP-DES-ROSIERS	CAP-AUX-OS	PETIT-CAP	SAINT-AURICE	ANSE-À-VALLEAU	CLORIDORME	PETITE-VALLÉE	GRANDE-VALLÉE	MURDOCHVILLE
GASPÉ	0	18	13	31	35	42	27	37	40	47	73	89	98	93
DOUGLASTOWN	18	0	31	49	52	60	44	55	58	65	91	107	114	109
SAINT-MAJORIQUE	13	31	0	18	24	32	16	24	27	34	60	76	83	104
RIVIÈRE-AU-RENARD	31	49	18	0	9	21	25	6	9	16	42	58	65	123
ANSE-AU-GRIFFON	35	52	24	9	0	12	16	16	19	26	52	67	74	128
CAP-DES-ROSIERS	42	60	32	21	12	0	16	28	31	38	63	79	86	135
CAP-AUX-OS	27	44	16	25	16	16	0	32	35	42	67	83	90	120
PETIT-CAP	37	55	24	6	16	28	32	0	3	10	36	52	59	108
SAINT-AURICE	40	58	27	9	19	31	35	3	0	7	33	49	56	111
ANSE-À-VALLEAU	47	65	34	16	26	38	42	10	7	0	26	42	49	105
CLORIDORME	73	91	60	42	52	63	67	36	33	26	0	16	23	79
PETITE-VALLÉE	89	107	76	59	67	79	83	52	49	42	16	0	7	63
GRANDE-VALLÉE	98	114	83	65	74	86	90	59	56	49	23	7	0	57
MURDOCHVILLE	93	109	104	123	128	135	120	108	111	105	79	63	57	0



Photo : Secteur de Forillon. Crédit : Da Média

La région fait beaucoup d'efforts pour faciliter les déplacements des citoyens et citoyennes. Malgré tout, l'automobile est toujours omniprésente. Ne pas posséder de voiture posera un défi supplémentaire en matière d'organisation.

Le service de transport collectif de la **Régie intermunicipale de transport Gaspésie – Îles-de-la-Madeleine**, communément appelé le ou la RÉGÎM, est offert à tous, et ce, presque partout dans La Côte-de-Gaspé. Par contre, dans le secteur de Grande-Vallée il est fourni uniquement sur réservation. **Renseignez-vous** sur les particularités de ce secteur. Consultez le site web de la Régie pour les trajets, les horaires et la billetterie.

Vous avez besoin d'un service de transport adapté? **Le Transport adapté et collectif de Gaspé (TAC)** et le **Transport adapté et collectif intégré des marées (TACIM)**, à Grande-Vallée, Petite-Vallée et Cloridorme, offrent un service de transport pour les personnes à mobilité réduite. Consultez leur site internet pour en savoir plus sur leur fonctionnement.

Intéressé par le covoiturage? Recherchez les groupes Facebook de covoiturage de votre secteur (ville, village ou quartier), et parlez-en à votre entourage.

Pour faire l'achat d'un véhicule neuf ou usagé, vous pouvez visiter l'un des 8 concessionnaires automobiles. N'oubliez pas que plusieurs véhicules usagés peuvent être trouvés sur les réseaux sociaux. Pour faire le transfert de propriété du véhicule, vous devez vous rendre à un bureau de la Société de l'assurance automobile du Québec, à Gaspé ou à Grande-Vallée.

Pour des besoins ponctuels, une compagnie de taxi est en activité à Gaspé, **Taxi Porlier**. Il est possible de louer un véhicule à Gaspé (**Enterprise**). La Ville de Gaspé rend aussi des véhicules électriques disponibles en dehors de ses heures d'opération. Renseignez-vous pour connaître les modalités.



POUR SE DÉPLACER HORS DE LA RÉGION, QUELQUES OPTIONS S'OFFRENT À VOUS EN DEHORS DE L'AUTOMOBILE :

- **Aérien** : Pascan Aviation (418 368-3131) et PAL Airlines (1 800 563-5800). Vérifiez si le **Programme de réduction des tarifs aériens** peut s'appliquer à vous. Il s'agit d'un programme visant à réduire le coût des vols régionaux.
- **Terrestre** : Transport par autocar interurbain **Orléans Express**, ou Via Rail (train) à partir de Campbellton.



Communiquer



Bien que la principale langue parlée pour le travail et la vie quotidienne soit le français, la population anglophone de La Côte-de-Gaspé représente près de 10 % de la population totale. Les personnes d'expression anglaise se retrouvent surtout dans certains quartiers de la ville de Gaspé. Certaines organisations offrent des services bilingues, alors que d'autres offrent un service minimal en anglais.

On rencontre également des membres de la nation mi'gmaq de Gespeg. On peut apercevoir quelques initiatives d'affichage dans la langue micmaque.

Faire le tour de la péninsule gaspésienne, c'est être en contact avec autant de « parlures » que de villages. Saviez-vous qu'il y aurait une vingtaine d'accents différents seulement en Gaspésie ?



Mélissa Fortin-Lapointe, résidente de l'Anse-au-Griffon (Gaspé), vous fait le top 3 des expressions de son territoire :

R'vièr'-au-R'nord : On va te parler de la Capitale des pêches et tu seras certain qu'il s'agit d'une rivière située au nord. Tu chercheras l'information sur Google et tu ne trouveras pas... Hé non! On te parle de Rivière-au-Renard, mais avec l'accent tu ne le comprendras pas du premier coup. Les habitants du coin te parleront aussi de « Fox » pour Fox River. Tu peux même déguster une bière rousse de la microbrasserie au Frontibus en l'honneur de cette expression d'ici, la Rivière R'nord.

Some : Ici, c'est un adjectif qui est souvent utilisé pour remplacer le mot « très » ou « gros » . Rien à voir avec le mot en anglais. Exemple: La poutine aux crevettes du Brise-Bise, c'est une some bonne poutine! Il y avait un some accident aujourd'hui sur la 132!

Placoter : Ici, ce mot à plusieurs significations. Bien sûr, cela signifie papoter, bavarder, mais cela veut également dire potiner, mémérer ou bien dire des racontars. L'un des sens qui surprend le plus est sans aucun doute « placoter sur quelque chose », dans le sens de travailler légèrement. Comme dans l'exemple suivant : « ton père placote dans le garage » c'est-à-dire « ton père travaille dans le garage ».



Pour participer pleinement à la société gaspésienne, travailler, socialiser ou immigrer de façon permanente, vous devrez **apprendre ou perfectionner le français**. Pour connaître l'offre en francisation sur le territoire, contactez le SANA/CJE, le Centre de service scolaire Eastern Shore ou inscrivez-vous à un cours sur le site Francisation Québec



Apprivoiser l'hiver



La Côte-de-Gaspé est un territoire magnifique, certes, modulé par la neige, les marées, les vents, et surtout les grandes variations climatiques selon les secteurs. Contrairement à la croyance populaire, les températures en Gaspésie sont sensiblement les mêmes qu'ailleurs au Québec. En revanche, La Côte-de-Gaspé est généralement plus choyée. Par exemple, lors de la saison d'hiver 2021-2022, Gaspé a reçu 436 cm de neige. Mais soyez rassuré, on est habitué!

Quoi? Des écoles et des commerces fermés en cas de tempête de neige? Oui, ça arrive! Lorsque les écoles ferment, l'information est transmise sur les pages Facebook de celles-ci, et sur le site web des centres de services scolaires. Il en va de même pour certaines entreprises et organisations : plusieurs ont un fonctionnement déterminé lorsque le temps se dégrade. Quand le vent s'en mêle et que la visibilité est réduite ou nulle, il n'est pas rare de fermer plus tôt ou d'ouvrir plus tard. Informez-vous sur la politique dans votre milieu de travail.

Deux trucs essentiels à mettre en pratique pour survivre à l'hiver, selon Sarah Jeanne Rajotte-Julien, agente d'accueil et d'intégration au CJE :

1. Être habillé chaudement. En plus d'un bon manteau, il vous faut des bottes, des mitaines ou des gants, un foulard ou un cache-cou, une tuque et, parfois, des pantalons de neige. Pendant une activité sportive, on s'habille en plusieurs couches. Ça permet de facilement retirer une épaisseur si l'on a trop chaud. Attention, un vêtement épais n'est pas forcément résistant au froid. Lisez bien les étiquettes pour en connaître davantage sur leur qualité.
2. Faire des activités extérieures pour jouer et s'amuser. C'est la meilleure façon d'apprécier l'hiver : glissade, raquette, ski, randonnée, patinage (voir les centres communautaires qui prêtent souvent de l'équipement). Sachez qu'il y a 12 patinoires extérieures et 2 intérieures dans La Côte-de-Gaspé! Renseignez-vous auprès de votre municipalité pour connaître la plus près.



Service d'accueil
des nouveaux arrivants
de La Côte-de-Gaspé





Investir

Avez-vous un projet d'entreprise? Investir dans l'immobilier, prendre la relève d'un commerce de détail, démarrer un service professionnel; pourquoi pas? Plusieurs ressources spécialisées sont là pour vous conseiller :

- **Service de développement économique** de la MRC de La Côte-de-Gaspé
- **Société d'aide au développement des collectivités** (SADC) de Gaspé
- **Centre de transfert des entreprises du Québec** (CTEQ)



Apprendre

Deux centres de services scolaires desservent le territoire de la MRC de La Côte-de-Gaspé. Du côté francophone, 8 écoles primaires, 3 écoles secondaires et une école primaire-secondaire sont administrées par le **Centre de services scolaires des Chic-Chocs**. La communauté anglophone a également un réseau scolaire à sa disposition puisque le **Centre de services scolaires Eastern Shores** dispose d'une école primaire et d'une école secondaire sur le territoire de Gaspé. Des centres d'éducation aux adultes et de formation professionnelle, à Gaspé et Rivière-au-Renard, viennent s'ajouter au réseau d'éducation, et ce, autant en anglais qu'en français. L'enseignement postsecondaire est également accessible sur le territoire avec le **Cégep de la Gaspésie et des Îles**

Dans La Côte-de-Gaspé, bien que l'école ne soit obligatoire qu'à partir de 6 ans, toutes les écoles offrent des classes de maternelle 5 ans, et une majorité d'écoles offre des classes de maternelle 4 ans. Appelez à l'école de votre secteur pour vérifier les modalités d'inscription.



Crédit photo : Erika Williamson

qui offre un enseignement bilingue au pavillon de Gaspé, le **Groupe Collégia** qui propose plusieurs programmes de formation continue ainsi que **l'Université du Québec à Rimouski** qui dispose d'un bureau régional de formation continue et de formation hors territoire directement à Gaspé.

Prendre soin de sa santé — physique et mentale —



Un important **réseau de soins de santé est également en place dans La Côte-de-Gaspé**. Quatre CLSC, un hôpital, un **groupe de médecine familiale (GMF)**, le Centre d'hébergement Monseigneur-Ross ainsi que le Centre jeunesse Gaspésie/Les Îles sont implantés directement sur notre territoire, relevant tous du Centre intégré de santé et services sociaux (CISSS) de la Gaspésie.



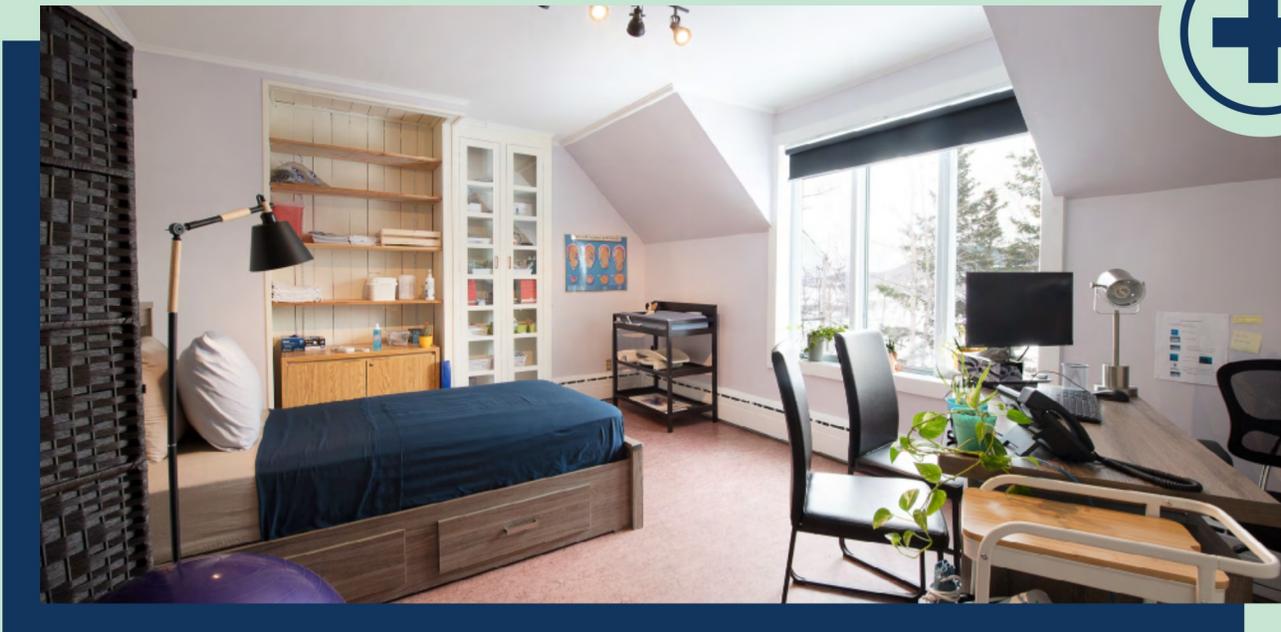
Un premier réflexe peut être de téléphoner à la ligne Info-Santé : 811. Il est ainsi possible de parler directement à une infirmière qui pourra vous conseiller et vous diriger au bon endroit.



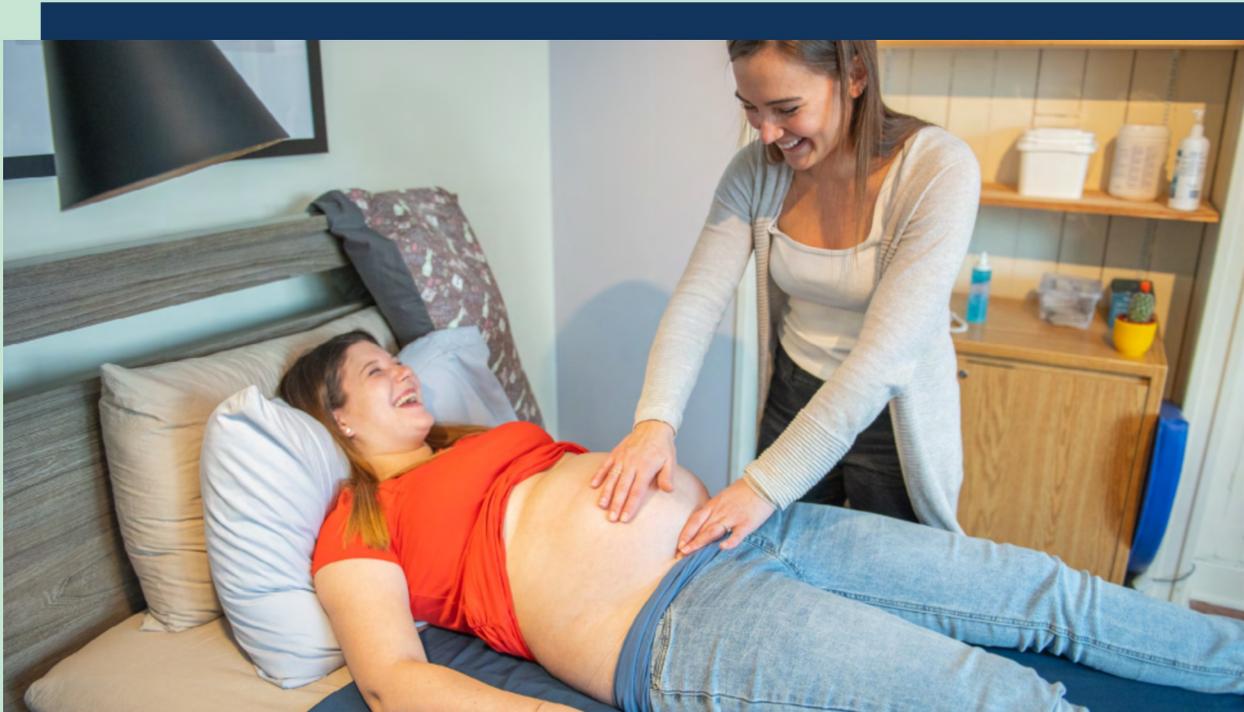
Pour obtenir un médecin de famille dans La Côte-de-Gaspé, assurez-vous d'être inscrit au **Guichet d'accès à un médecin de famille**. Vous pouvez chercher vous-mêmes un médecin de famille en téléphonant dans l'une des **4 cliniques médicales** ou le **groupe de médecine de famille (GMF)** pour vérifier s'ils acceptent de nouveaux patients.



Vous ne savez pas où vous diriger ? Les centres locaux de services communautaires (CLSC) de Gaspé, Rivière-au-Renard, Murdochville et Grande-Vallée sont généralement en mesure de vous orienter, ou même de vous offrir le service médical. **Adressez-vous à celui près de chez vous.**



Credit photo : courtoisie Maison de la famille Parenfant de Gaspé



Crédit photo : courtoisie Maison de la famille Parentant de Gaspé



Les pharmaciens peuvent offrir de nombreux conseils. Vous retrouverez 6 pharmacies dans La Côte-de-Gaspé (3 à Gaspé, une à Rivière-au-Renard, une à Grande-Vallée et une à Murdochville). On retrouve 2 cliniques dentaires, l'une à Gaspé, l'autre à Rivière-au-Renard, et une clinique de denturologie à Gaspé. Trois cliniques d'optométrie (vue) sont également présentes à Gaspé (Visique et En vue) et Rivière-au-Renard.



La Maison de la famille Parentant de Gaspé offre un service de suivi de grossesse. Sous un seul toit, elle offre toute une gamme de services en périnatalité permettant aux familles de se plonger dans un milieu de vie chaleureux lors de leur rencontre de suivi de grossesse.



L'**Aire ouverte** est un endroit destiné aux jeunes de 12 à 25 ans. Un milieu unique où des services de santé et de bien-être sont offerts sur le site de Gaspé, de Grande-Rivière et dans la communauté.



Dénoncer la violence, parce que déménager comporte son lot de stress qui peut notamment perturber la vie familiale, aggraver une situation de violence, ou rendre difficiles les liens interpersonnels; il ne faut pas supporter ou accepter la violence. Ces ressources peuvent aider : **CALACS**, **L'Aid'elle**, **Convergence**.



811 poste 2. Info-Social 811 est un service de consultation téléphonique gratuit et confidentiel. Composer le 811 poste 2 permet de joindre rapidement un professionnel en intervention psychosociale en cas de problème psychosocial. Le service est offert 24/7.



Si vous êtes témoin ou victime d'une situation d'urgence qui menace votre sécurité, celle des autres, vos biens ou l'environnement, vous devez composer le **9-1-1**.

Rester informé localement



S'informer sur l'actualité dans La Côte-de-Gaspé, c'est s'assurer de ne rien manquer et de s'enraciner plus facilement. Voici nos médias locaux :

- Radio : [Radio-Gaspésie](#), [CHNC](#), [ICI Radio-Canada Gaspésie-Les Îles](#)
- Journaux : [Gaspésie Nouvelles](#), [Graffici](#), [Journal Le Phare](#)
- Télévision : [Télé-Gaspé](#), [TVCE](#), [CHAU-TVA](#), [Radio-Canada](#)
- Web : [MaGaspésie](#)



Tisser de nouvelles amitiés

L'une des clés d'une intégration réussie dans votre milieu d'accueil est sans conteste le réseau social et les nouvelles amitiés que vous saurez créer. Pourquoi? Parce qu'au-delà des démarches pour leur immigration, tous les Gaspécôtois et toutes les Gaspécôtoises d'adoption souhaitent trouver leur place et être bien ici. Malgré l'accueil légendaire des Gaspésiens et Gaspésiennes, tisser de nouvelles amitiés demande certains efforts.

Heureusement, la région dispose de stratégies pour vous aider : L'incontournable [groupe Facebook](#) Babillard entraide Gaspé nouveaux

arrivants et l'infolettre du CJE. [Inscrivez-vous à l'infolettre](#) afin de ne rien manquer.

Des activités sociales sont offertes par votre employeur? N'hésitez pas à y participer. Des activités de loisirs sont offertes notamment par les municipalités et les centres communautaires. Elles constituent d'excellentes occasions de rencontrer votre voisinage et la socialisation est généralement plus facile.

Vous êtes une personne immigrante? Contactez votre [SANA \(service d'accueil aux nouveaux arrivants – personnes immigrantes\)](#). L'équipe saura vous réserver un accueil de choix et vous proposer des activités et des occasions de rencontre et de socialisation. Renseignez-vous sur les possibilités de participer à un jumelage interculturel!



Quoi faire dans La Côte-de-Gaspé ?

De nouveaux arrivants partagent leurs coups de cœur

CLAUDY RIVARD, NOUVELLE ARRIVANTE DEPUIS JUILLET 2022

Improvisation Gaspé : Que ce soit en tant que joueur ou bénévole, pour explorer ses talents humoristiques et culturels ou simplement se mettre au défi, c'est une véritable deuxième famille qui s'y crée.

Le **Paquebot** est LE lieu de rassemblement. Avec ses tables communes, c'est assuré d'y faire de belles rencontres pour le moins qu'on se dégêne et qu'on ose aller à la rencontre de l'autre. De la gang qui joue à des jeux de société en passant par ceux travaillent sur l'ordinateur à ceux qui philosophent et même aux familles, on trouve toutes sortes de gens. De plus, Le Paquebot est très diversifié dans son offre culturelle, passant des soirées latines à des soirées podcasts et DJ électros ou encore à des soirées engagées.

Les activités sportives de groupe, comme la boxe du Cégep, aident à développer une complicité et comme c'est un rendez-vous hebdomadaire, ça crée un lien récurrent.



Le Service d'accueil des nouveaux arrivants de La Côte-de-Gaspé et leur groupe Facebook permettent d'accéder à des activités facilitant le maillage.

L'implication au sein d'organisations culturelles — comme le **Festival Musique du Bout du Monde**, **Improvisation Gaspé**, le **Centre culturel Le Griffon**, ou le **Centre de création diffusion de Gaspé**, qui sont tous des portes d'entrée pour contribuer à la communauté de Gaspé — permet de développer de nouvelles amitiés.



JASON ANTHONY, NOUVEL ARRIVANT DEPUIS FÉVRIER 2023

Ce que j'aime de Gaspé, c'est la quantité de sports et d'activités de plein air qu'il y a. Je fais partie d'une **ligue de basketball récréatif** où nous jouons deux fois par semaine au gymnase du cégep. Je me suis fait plusieurs nouveaux amis de cette façon. Mon partenaire et moi aimons aussi passer du temps aux festivals qui ont lieu ici tout au long de l'année. Nous aimons aussi voir la diversité au **Festival Musique du Bout du Monde**. Nous sommes très amoureux du plein air, alors Gaspé est l'endroit parfait pour nous.

MARION L'ESPÉRANCE, NOUVELLE ARRIVANTE DEPUIS OCTOBRE 2022

Mon coup de cœur de plein air en hiver, c'est le **ski hors-piste**. Avec les fameuses peaux de phoques, quasi toutes les montagnes deviennent skiabiles. Plus besoin de dépendre des remonte-pentes. Skier dans la poudreuse du **mont Porphyre à Murdochville**; sublime! Il n'y a rien de mieux à mes yeux que d'être la première skieuse à fendre le nuage de neige et se faufiler entre les conifères. Pour ce qui est du ski alpin classique, je recommande le centre de **ski du mont Béchervaise à Gaspé** et celui du **mont Miller à Murdochville**. Deux centres différents qui offrent de très belles variétés de pistes. **L'entreprise le Chic-Chac** à Murdoch offre une panoplie de forfaits sportifs, dont les séjours de ski. La petite bière au restaurant du Presbytère, après une grosse journée dehors, est vraiment appréciée.

Mes coups de cœur en été? La liste est plus longue. Ma plus grande découverte fut les sorties marines en apnée. C'est un moment d'une grande zénitude que de pouvoir nager entre les forêts d'algues et de percevoir plein de homards. J'aime bien les taquiner en touchant leurs petites antennes. Je recommande le **parc Forillon**, car son accès à la nature aquatique et terrestre est inévitablement exceptionnel. **Le quai de**

Grande-Grave est un lieu parfait pour la pêche au maquereau, mais aussi les sorties d'apnée. Les nombreux phoques gris nous tournent autour, curieux de rencontrer d'étranges humains vêtus drôlement.

Pour rencontrer de nouvelles personnes et échanger des moments enflammés, il faut assister aux spectacles chansonniers des vendredis soir au **Bistro-Bar le Brise Bise**. Je garde en mémoire des moments inoubliables remplis de fous rires et de pas de danse sur les musiques country des groupes québécois. Le **café Paquebot**, sur la rue de la reine, est non seulement un super café pour relaxer au cours de la journée, mais aussi un lieu de rassemblement lors de soirées de jeux de société, des fêtes musicales, **des cours de yoga de Mel Bou** et de pleins d'autres événements interactifs. Finalement, je ne pourrais pas me passer des petits 5 à 7 à **La Sarcelle** et les délicieux cocktails du **Seaflower**. J'en profite pour lancer l'invitation : on recrute activement de nouveaux nageurs pour la super ligue de hockey sous-marin, au **pavillon des sports Marcel-Bujold**. Le meilleur sport pour sortir de sa zone de confort et rencontrer plein de belles personnes. On se retrouve dans la piscine, woot WOOT!!!



Crédit photo : Dá Média

MARIE-LINE PAGESY, ARRIVÉE POUR UNE PREMIÈRE FOIS EN AOÛT 2015

Mon gros coup de cœur a été la **baie de Gaspé**. Quand j'ai vu cette baie, mon séjour prévu pour 15 jours s'est transformé en 4 années. Et le plus beau dans tout ça, c'est que je suis revenue y vivre définitivement après une absence de 3 ans. Je l'aime en été et je l'adore en hiver. Je me sens en connexion avec la nature. **Radio Gaspésie** m'a permis d'en apprendre sur les expressions, l'accent et la culture gaspésienne. Ce qui m'a surpris ici, lorsque je croisais une personne, celle-ci me souriait. J'en ai déduit que le sourire est un bonjour et c'est magnifique. Mes autres coups de cœur? La **Maison des jeunes de Gaspé**, car je me suis



impliquée dans le conseil d'administration durant 2 ans et j'ai pu en apprendre davantage sur les divers organismes. La **bibliothèque de Gaspé**, car j'ai participé à des ateliers de lecture de contes des Antilles pour les enfants. La **Cellule interculturelle du Cégep**, pour mon implication aux ateliers du mois de l'histoire des noirs et de diversités culturelles. **SANA**, pour les activités culinaires et les rencontres interculturelles. **Bistro Bar le Brise Bise** est le seul restaurant où je vais, car l'ambiance et le personnel (MJ) sont toujours dynamiques, enjoués et formidables...

MEHDI ETTOHRI ET SA FAMILLE, NOUVEAUX ARRIVANTS DEPUIS DÉCEMBRE 2021

Mes coups de cœur sont nombreux. **Berceau du Canada à Gaspé** : Que ça soit tout seul ou avec ma famille c'est un endroit calme qui présente beaucoup d'activités que ce soit du cinéma en plein air, un spectacle multimédia ou, bien sûr, les soirées musicales. La **halte routière de York** : Chaque jour de congé, j'amène ma fille jouer dans le parc de jeux pour enfants. Pendant ce temps, ma femme et moi, on relaxe en profitant de la vue sur la baie. La **plage de Haldimand** : Ma famille aime beaucoup jouer avec le sable et profiter de la plage. Il y a des jouets à l'entrée que les enfants peuvent emprunter gratuitement. Ma fille les adore. Le **SANA** est le meilleur endroit pour



les nouveaux immigrants. Il aide beaucoup les gens et donne des informations sûres et rassurantes. Il apporte des solutions concrètes malgré les défis rencontrés dans notre intégration. Le **CLSC de Gaspé** est un service qui nous a fortement aidés lors de la grossesse de Boutaina et apporte un soutien social qui continue de nous aider. On nous donne des solutions sur plusieurs aspects de notre vie. La **Maison de la famille** : La halte-répit nous a beaucoup aidés quand nous n'avions pas encore de garderie pour notre fille. Il y a régulièrement des événements auxquels on peut participer en famille.

ÉMILIE LEBLANC LABERGE, NOUVELLE ARRIVANTE INSTALLÉE EN MAI 2013

Ici, c'est le paradis du plein air.

Avoir tous mes équipements de plein air sur la galerie et partir à brûle-pourpoint, sans avoir besoin de prendre la voiture, quel plaisir! Que ce soit pour **l'un des deux centres de ski du territoire** ou pour partir à l'aventure dans **les Appalaches** ou **les Chic-Chocs**. Que ce soit pour la descente de rivière ou du kayak de mer, en passant par la pêche sportive. J'adore sillonner **le sentier du SIA**, qui traverse notamment la **pourvoirie Beauséjour** et **Pointe-à-la-Renommée**, deux sites magnifiques, ou encore la tranquillité du **lac du Clin à Petite-Vallée**, été comme hiver, à vélo, en ski ou à la course.



La Côte-de-Gaspé regorge de futurs amis passionnés de plein air.

Mais ça bouillonne aussi au niveau culturel, avec les **festivals** et les **spectacles** qui sont offerts, et dont les citoyens peuvent être jaloux.

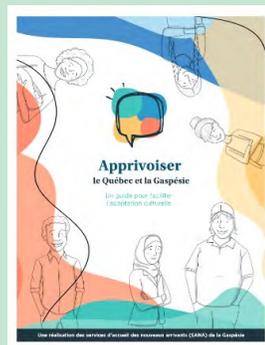
S'impliquer dans des **organismes communautaires** est un bon moyen de rencontrer des gens qui ont des intérêts similaires. Que ce soit du point de vue culturel, sportif, plein air **ou** communautaire, il y a plusieurs possibilités de s'impliquer et de s'ancrer dans son milieu, et ce dans chacun des villages qui forment La Côte-de-Gaspé.



Références supplémentaires pour les personnes immigrantes

Guide en ligne « **S'installer et s'intégrer au Québec** », pour les questions administratives et légales dans la province.

Guide « **Apprivoiser le Québec et la Gaspésie** », Pour faciliter l'adaptation à la culture québécoise et gaspésienne.



Chasse 101.

La chasse fait partie des traditions culturelles et sportives gaspésiennes depuis longtemps et est particulièrement populaire dans La Côte-de-Gaspé. Bien qu'il y ait différentes espèces chassées, dont la perdrix, la plus populaire est assurément l'orignal.

C'est en octobre que la chasse à l'orignal bat son plein! Chaque année, plusieurs personnes prennent des vacances pour la pratique de ce sport sur le territoire forestier. Attendez-vous à un certain ralentissement des événements offerts pendant cette période. Ne soyez également pas surpris de voir passer une prise exhibée sur un véhicule; ça fait partie des pratiques.

Attention, on ne s'improvise pas chasseur! Les savoir-faire se partagent dans le noyau familial ou entre amis. Il faut détenir un permis, préparer son territoire de chasse, respecter les règlements en vigueur, etc.

Si vous pratiquez la randonnée, pour garantir votre sécurité, renseignez-vous avant de vous aventurer en sentier. Par exemple, le sentier international des Appalaches vous informe des mesures à respecter en septembre et octobre. Les couleurs d'automne étant à leur apogée, pourquoi ne pas découvrir les sentiers du parc national Forillon (la chasse y est interdite) ou l'une des nombreuses plages du territoire?



Crédit photo : Dà Média

Des organisations pour vous



Le Carrefour Jeunesse-Emploi (CJE) de la MRC de La Côte-de-Gaspé a pour mission d'accueillir et d'accompagner prioritairement les personnes de 16 à 35 ans de son territoire dans leurs démarches d'insertion socioprofessionnelle et citoyenne, sur une base volontaire et selon une approche adaptée à chacun. En étant une porte d'entrée vers les services, le CJE accompagne sa clientèle dans le développement de leur plein potentiel et la réalisation de leurs projets de vie et vise ainsi à favoriser leur enracinement et leur inclusion dans la communauté.

LES SERVICES D'ACCUEIL ET D'ENRACINEMENT :

Place aux jeunes (PAJ) Côte-de-Gaspé aide les personnes qualifiées âgées de 18 à 35 ans qui souhaitent s'installer sur le territoire. Il favorise l'attraction, l'intégration et la rétention des jeunes dans notre milieu. Place aux jeunes offre du soutien individuel pour concrétiser un projet d'établissement. De plus, on y propose des séjours exploratoires permettant de développer un réseau de contacts avec des intervenants socioéconomiques, des employeurs éventuels, des entrepreneurs, et plusieurs autres personnes pertinentes. Cela permet de découvrir ou redécouvrir un milieu de vie et d'y préparer concrètement son avenir. Tu as obtenu une entrevue d'embauche pour un emploi spécialisé dans la MRC de La Côte-de-Gaspé? PAJ peut t'aider! Tu arrives dans La Côte-de-Gaspé? Viens nous rencontrer!



Le Service d'accueil des nouveaux arrivants (SANA) de La Côte-de-Gaspé offre des services personnalisés aux personnes immigrantes et aux nouveaux arrivants québécois et canadiens de plus de 35 ans. Il vous accompagne dans les démarches administratives relatives à votre installation sur le territoire et nous organisons fréquemment des activités d'intégration vous permettant de mieux connaître votre région d'accueil et ses habitants. Les services d'accueil s'occupent aussi de faire de la sensibilisation auprès de la population en ce qui concerne l'immigration.



Service d'accueil
des nouveaux arrivants
de La Côte-de-Gaspé



Vivre en Gaspésie est un organisme qui déploie une stratégie régionale contribuant à la croissance démographique et à l'occupation dynamique des territoires de la Gaspésie. Concrètement, ses actions s'articulent autour de 3 axes : la valorisation de la région auprès de la population, l'attraction de nouvelles personnes, et l'intégration des nouveaux arrivants.



Photo : Village de St-Maurice-de-Échouerie (Gaspé) en hiver. Crédit : Da Média



CJE
CARRÉFOUR
**JEUNESSE
EMPLOI**
MRC CÔTE-DE-GASPÉ



Service d'accueil
des nouveaux arrivants
de La Côte-de-Gaspé

Place
Jeunes
aux
Côte-de-Gaspé

ACTIVITÉS DES
nouveaux arrivants
Côte-de-Gaspé

Avec la participation financière de :

Québec 