















# Découvrir le Québec



Pour admirer les **érables rouges**, écouter les **légendes iroquoises**, épier les **ours noirs**, croiser les **baleines bleues**, **rorquals** et **bélugas**, cap sur la Belle Province, au cœur de l'**Est canadien** ! De **Montréal à Tadoussac**, de Québec au lac Saint-Jean, un voyage au Québec réserve des **paysages de toute beauté**, des tables gastronomiques et auberges chaleureuses, des activités nature à foison...

## SOMMAIRE

	Carte d'identité politique et économique des pays .....	02
	Culture, histoire et traditions .....	03
	Géographie, paysage, faune et flore .....	04
	Gastronomie .....	05
	Vie pratique sur place .....	06
	Artisanat et produits locaux .....	07
	Formalités, visa et douanes .....	07
	Argent et coût de la vie .....	08
	Santé et sécurité .....	08
	Climat, météo et décalage horaire .....	09
	Électricité, téléphone et internet .....	10
	Sources documentaires .....	11

## Carte d'identité politique et économique

### Canada :

- **Superficie** : 9 984 670 km<sup>2</sup> (soit près de 20 fois la France).
- **Population** : environ 37,8 millions d'habitants.
- **Capitale** : Ottawa (Ontario).
- **Langues officielles** : l'anglais et le français.
- **Monnaie** : le dollar canadien.
- **Régime politique** : démocratie parlementaire.
- **Nature de l'Etat** : fédération (10 provinces et 3 territoires).
- **Chef de l'Etat** : la reine Élisabeth II, représentée par un gouverneur général, Julie Payette.
- **Chef du gouvernement** : Justin Trudeau, premier ministre, depuis novembre 2015 (réélu en octobre 2019).



### Québec :

- **Superficie** : 1 550 000 km<sup>2</sup> (3 fois la France !).
- **Population** : 8 240 000 habitants (estimation 2015)
- **Capitale** : Québec.
- **Langues** : le français (seule langue officielle du Québec) et l'anglais. Montréal est la 2ème plus grande ville francophone du monde, après Paris.
- **Premier ministre du Québec** : François Legault (Coalition Avenir Québec).
- **Site inscrit au Patrimoine mondial de l'Unesco** : le Vieux-Québec (inscrit en 1985).



Le Canada occupe le **10e rang de l'économie mondiale**. Avec un PIB par habitant de 45 032 US\$, c'est un pays où il fait plutôt bon vivre.

Selon les économistes, **l'immigration contribue à hauteur de 70 % à la croissance démographique du Canada**. Le Canada reçoit plus d'immigrants que tout autre pays, ce qui lui procure des capitaux, des compétences diverses et exceptionnelles.

Le Canada est aussi, et surtout, un **pays de richesses naturelles** ; elles ont permis aux Canadiens d'accéder à l'un des niveaux de vie les plus élevés du monde après la Seconde Guerre mondiale.

C'est en fait **l'énergie** qui permet ceci : entre le pétrole et le gaz naturel de l'Alberta sans oublier l'électricité produite dans le Grand Nord québécois, le Canada évite à la machine américaine de trop dépendre du Moyen-Orient. Et cela ne devrait pas changer de sitôt : **le Canada possède la 3ème plus importante réserve pétrolière du monde**.

Taxation faible, règles environnementales démantelées... le gouvernement canadien a soutenu l'exploitation de ces hydrocarbures, et ce au mépris de ses conséquences destructrices.

La santé économique du Québec suit celle du Canada dans son ensemble, avec des exportations principalement tournées vers les États-Unis (environ 70 %). **La Belle Province représente à peu près 19 % de l'économie canadienne** (36 % pour l'Ontario), avec un PIB par habitant de 38 000 US\$ (2015), inférieur à celui du reste du Canada. Le taux de chômage (4,7 % en 2019) est inférieur à celui de l'Ontario (5,6 %, proche du niveau national).

**Les ressources naturelles du Québec jouent un rôle essentiel dans l'économie**, en particulier les secteurs des mines et de l'hydroélectricité.

La province figure parmi les principaux producteurs mondiaux de **fer**, de **zinc**, de **nickel**, d'**argent** et d'**or**. Les exportations d'aluminium et d'alliages viennent au 1er rang. Le Québec est le **4ème producteur mondial d'aluminium**.

Le Québec a développé une industrie de pointe, en particulier dans les domaines des biotechnologies (marines, entre autres), de l'industrie pharmaceutique et du multimédia. **Autre fleuron local, l'aéronautique avec Bombardier**.

**Le tourisme représente environ 2,5 % du PIB** de la province, ce qui correspond tout de même à plus de **400 000 travailleurs** et plus de **9 % des emplois au Québec**.



## Culture, histoire et traditions



### Les Inuits :

Les Inuits (les « hommes » en langue inuktitute) sont un peuple autochtone du nord du Canada. Ils vivent au **Nunavut**, ainsi que dans **le nord du Québec, du Labrador et dans les Territoires du Nord-Ouest**.

Au dernier recensement, environ 50 000 personnes se sont identifiées comme Inuits, soit presque un tiers des Inuits du monde (et 4 % de la population autochtone du Canada). Les 2/3 vivent dans leur région d'origine, l'autre tiers étant disséminé dans les principales agglomérations du pays.

Les Inuits sont **apparus dans le nord-est du Canada il y a 4 500 ans**, ce qui est relativement récent, comparé aux quelques dizaines de milliers d'années des First Nations du Canada.

Les Inuits font une entrée fracassante dans notre imaginaire collectif dans les années 1920 avec la sortie du 1er film ethnographique, **Nanouk l'Esquimau**, diffusé dans les cinémas de tout l'Occident et accompagné de la glace du même nom.

Du côté des Inuits, le véritable choc des cultures n'est intervenu que dans les années 1940-1950 avec **l'implantation permanente de bases militaires**, de services gouvernementaux, comme l'éducation et la santé, et un **programme de logement pour les encourager à abandonner leur mode de vie nomade**.

Aujourd'hui, si la chasse reste pour beaucoup un revenu d'appoint, les Inuits travaillent surtout dans les mines, les activités liées **aux hydrocarbures, le bâtiment et les services** (gouvernementaux, notamment). Le tourisme, quant à lui, est un secteur dynamique en plein développement. Environ 30 % de la population tire par ailleurs des subsides de **l'art traditionnel inuit** (sculpture, gravure, etc.).

### Histoire du Québec :

**Jacques Cartier**, originaire de Saint-Malo, vient à 3 reprises au Canada avec pour mission très officielle de « découvrir certaines îles et pays où l'on dit qu'il doit se trouver une grande quantité d'or et d'autres riches choses ». **C'est lui qui prend possession du Canada au nom du roi de France, en 1534**, et fonde la **colonie de la Nouvelle-France**.

À son 2ème voyage, en 1535, Jacques Cartier pénètre **l'estuaire du fleuve Saint-Laurent**, qu'il remonte jusqu'au village d'**Hochelaga**, où il est accueilli par les quelque 1 500 Iroquois qui y vivent. **Il appelle la colline qu'il découvre "mont Réal"** (mont Royal) en l'honneur de son roi.

En **1701**, le gouverneur de la Nouvelle-France, Louis-Hector de Callière, reçoit à Montréal les représentants de 39 nations amérindiennes. **La Grande Paix est signée**, éliminant la menace iroquoise à Montréal et **garantissant le respect de la neutralité par les Cinq-Nations iroquoises** en cas de conflit franco-anglais.

Après quelques défaites, **les Anglais prennent Montréal le 8 septembre 1760**, au terme d'un long siège. Au **traité de Paris en 1763**, la France perd toutes ses possessions, excepté Saint-Pierre-et-Miquelon.

**Le 1er juillet 1867, le Canada devient « dominion britannique »**, une date qui marque officiellement la naissance du pays. **En 1931, le Canada acquiert l'indépendance** et devient une monarchie constitutionnelle.

À partir de 1960, la société québécoise connaît une mutation très importante qui sera baptisée la **« Révolution tranquille »**. En **1967**, le **centenaire du Canada est fêté** avec, en toile de fond, l'organisation de l'Exposition universelle de Montréal. **En visite, le général de Gaulle prononce alors la phrase : « Vive le Québec libre ! »**.

En **1968**, un dissident du Parti libéral, René Lévesque, journaliste influent de la TV québécoise, fonde le Parti québécois. En 1970, sa formation obtient 24 % de voix et quelques sièges. Dans le même temps, **Pierre Elliott Trudeau** devient Premier ministre du Canada. **Favorable à une égalité linguistique, il reste cependant farouchement opposé à toute idée d'indépendance**.

Aux élections provinciales de 1976, le Parti québécois l'emporte. **René Lévesque institue alors le français comme seule langue officielle de la Belle Province**. La « question du Québec » demeure bel et bien d'actualité. **Le Québec est reconnu comme « une nation au sein du Canada uni »**.



Le **fleuve Saint-Laurent** prend sa source dans les Grands Lacs et se jette dans l'Atlantique. Entre-temps, **il traverse le Canada sur 1 140 km** ! Ce cours d'eau extraordinaire, dont **le débit équivaut à ceux du Rhin, de la Volga et du Nil réunis**, constitue la principale voie de pénétration du territoire et a toujours joué un rôle primordial dans le développement du pays. À son embouchure dans le golfe, quelque part entre la Gaspésie au sud et la Côte-Nord, sa largeur atteint 130 km !

Autre facteur géographique important : les **Appalaches**. Cette **chaîne montagneuse, étirée jusqu'au sud-est des États-Unis**, longe les basses terres du Québec jusqu'à la péninsule gaspésienne, où ses derniers contreforts viennent mourir en une débauche de falaises. Ces montagnes fortement érodées (qui dépassent rarement les 1 000 m) forment des paysages vallonnés que l'on retrouve tout le long du Saint-Laurent.



Enfin, une très **vieille cordillère recouvre les 80 % restants du territoire québécois**. Cette chaîne de montagnes s'étend **des deux côtés de la baie d'Hudson et forme ce qu'on appelle le « Bouclier canadien »**, très largement arasé par les glaciers lors de la dernière période glaciaire. Ces terres possèdent de **nombreuses forêts** et un **immense réseau hydrographique** dont plusieurs rivières servent à la production d'électricité.

À la tête de **9 % des forêts mondiales**, le Canada était encore en 2017 le **1er exportateur mondial de sciages**. Si 94 % de la forêt canadienne pousse sur des terres appartenant à l'État, près des **¾ se trouvent dans la zone boréale**. Celle-ci ne concerne que 2,5 millions d'habitants, dont un grand nombre d'Amérindiens, lesquels dépendent grandement de la forêt pour leur stabilité économique.



Quand bien même l'activité humaine a fait augmenter le déboisement dans certaines régions, le Canada est parvenu à inverser la tendance ces 20 dernières années. Il se place aujourd'hui comme **l'un des pionniers grâce à son contrôle de la déforestation**.

Les forêts au **Québec** couvrent plus de **761 000 km<sup>2</sup>, soit 46 % de la superficie totale de la province**.

L'**industrie forestière québécoise**, qui **emploie directement plus de 60 000 personnes**, représente environ 2 % des actifs de la Belle Province.



Le gouvernement québécois gère plus de 90 % des ressources forestières. Depuis la **loi de 1986**, les **coupes sont sévèrement réglementées et il est interdit de toucher aux lisières des lacs et des cours d'eau**. Les **compagnies forestières sont en outre tenues de reboiser**. La drave (flottage du bois) a été interdite en 1995 en raison de la grave pollution qu'elle provoquait dans les rivières.

La tendance est aux **produits bio et locaux**. Le **mouvement locavores** privilégiant les aliments produits dans une zone géographique limitée, quand ce n'est pas le resto qui cultive ses propres légumes ou plantes aromatiques dans sa micro ferme.



- **Le hamburger** : comme aux États-Unis, le burger fait un peu figure de plat national ! Évidemment, le choix de la viande est primordial. Le top est celui élaboré avec du **bœuf de l'Alberta**.

- **La viande de bœuf** : On trouve aussi du **bison**, plus fort que son cousin, et quelques gibiers



- **La poutine** : frites molles recouvertes de fromage fondu et d'une sauce brune.

- **La tourtière** : réalisée à base de différentes viandes et parfois de gibier.



- **Les pies**

- **Le cheese-cake** : gâteau au fromage blanc parfois agrémenté de fruits, de chocolat

- **Le carrot cake** : gâteau aux carottes et aux noix, sucré et épicé, nappé d'un glaçage blanc



- **La tarte aux bleuets**



- **Le petit déjeuner (« déjeuner » en québécois)**: Très copieux, il se prend volontiers à l'extérieur. À l'image du breakfast américain, il s'agit d'un vrai repas, avec une large variété de plats. Les œufs d'abord, au plat, brouillés, en omelette, etc., servis avec des toasts beurrés (on dit « rôties ») et des pommes de terre, du bacon et des saucisses. Le top ce sont les œufs bénédictine, des œufs pochés, allongés sur un petit pain rond toasté et nappés de sauce hollandaise, avec le plus souvent du jambon grillé ou du saumon fumé.



- **Le ice wine (vin de glace)** : produit à partir de raisins qui ont gelé sur pied au début de l'hiver. Le sucre est ainsi fortement concentré, donnant un vin liquoreux très doux. Le vin de glace est principalement élaboré à partir d'un cépage blanc hybride, le vidal, en raison de son taux de sucre élevé et de la peau très épaisse de ses grains qui permet une vendange très tardive.



- **Molson Canadian et Labatt Blue** : Bières qui trouvent leurs origines à Montréal au XVIIIe siècle.



Il est **interdit de fumer** dans de nombreux lieux publics (transports en commun, bureaux, restaurants).

La consommation d'alcool, bière incluse, est interdite en public (rue, véhicule, terrasses de café) et aux moins de 21 ans. Toute bouteille d'alcool doit être transportée dans un sac opaque.



**Horaires :** dans la plupart des restaurants, le lunch est généralement servi de 11h à 14h30. Puis les portes se ferment pour rouvrir vers 17h. En dehors des grandes villes, on dîne tôt, à partir de 17h30-18h00. Passé 21h00 ou 21h30 en semaine, vous aurez le plus grand mal à mettre les pieds sous une table. Seules les chaînes de restauration font bien sûr exception.



**La voiture:** La voiture est le moyen de transport idéal pour parcourir le Canada (surtout pour les parcs, certains n'étant pas accessibles en bus). Contrairement à ce que l'on croit, les grosses agences de location de voitures ne sont pas toujours les plus chères et garantissent un parc automobile en excellent état.

Pour louer une voiture au Canada, il faut avoir **au moins 21 ans** (parfois même 25). Et, quel que soit l'âge, **posséder une carte de paiement type Visa ou MasterCard, qui sert de garantie aux loueurs.**

**Attention, certaines agences de location refusent les « debit cards » (à débit immédiat) et n'acceptent que les « credit cards » (à débit différé).** Or, la plupart de nos cartes de paiement (même de type Gold) sont souvent des cartes dites de « débit ».

Donc, avant de partir, vérifiez bien auprès du loueur et aussi de votre banque pour savoir quel type de carte vous avez. Car même si vous avez prépayé votre véhicule, on peut vous refuser de le récupérer si vous n'avez pas la bonne carte de paiement.

**Le GPS est rarement inclus dans le tarif de location.** Le mieux est de télécharger les cartes nécessaires pour votre parcours sur votre smartphone et d'utiliser une appli de navigation qui fonctionne hors connexion quand vous roulez.



- **Les frais de drop-off** ou abandon (rendu de la voiture ailleurs qu'au point de départ) peuvent être **très élevés** (parfois 500 \$ !) et varient considérablement d'une agence à une autre..

A Montréal les **réseaux de bus et de métro sont entièrement interconnectés** ; on passe de l'un à l'autre gratuitement (pensez à conserver vos titres de transport pour les correspondances, ils sont valables pour une durée de 2h00). **Le métro est en service plus ou moins de 5h30 à 0h30** (1h00 le samedi). Sécurisé, simple et propre, mais il y fait toujours très chaud en toute saison.



**Les bus sillonnent Montréal et ses environs en général de 5h15 à 1h00 ou 2h00** selon la ligne et le jour.

- **Tarifs des titres de transport :** environ 3,50 \$ pour un ticket à l'unité, 6,50 \$ pour 2 unités ; gratuit pour les moins de 5 ans. La STM propose aussi des pass pour 1 jour (10 \$) et 3 jours consécutifs (19,50 \$).



- **L'addition au Canada :** au resto, les gens paient séparément, même dans les couples. D'où la question quasi systématique du serveur (ou de la serveuse) au moment de l'addition : une seule facture ou plusieurs ?

- **Mesures :** le Canada a théoriquement adopté le système métrique en 1970. En revanche la plupart des Canadiens continuent d'utiliser les unités impériales !



- **Traductions :** au Canada, tous les produits alimentaires doivent porter une étiquette en anglais et en français. Selon les études, le Canada représenterait même 10 % du marché mondial de la traduction.

## Artisanat et produits locaux

 - **Le sirop d'érables** : c'est la boisson incontournable au Canada que ce soit sous la forme de sirop ou de ses dérivés, comme le sucre, les bonbons et le beurre à tartiner.

- **Le cidre de glace.**



- **Les bières de microbrasseries, avec les alcools de petits fruits.**

- **Les confitures de baies** (canneberges, bleuets), **condiments, miels, thés et tisanes inuits...**



- **Les vêtements techniques et le matériel de sports outdoor** : du casque de vélo à l'équipement de golf en passant par le matériel de pêche et de camping, les prix sont largement inférieurs à ceux pratiqués en France et le choix généralement plus large. La chaîne Mountain Equipment Co-op (MEC), est la référence pour les campeurs, grimpeurs et autres kayakistes.



- **L'artisanat des first nations** : calumets, mocassins, statuettes, "attrapeurs de rêves" (dreamcatchers), bijoux et peaux tannées.

- **Les whiskies Crown Royal et Canadian Club**, spécialités canadiennes.



## Formalités, visa et douanes



Il est nécessaire de présenter un **passport biométrique valide 6 mois après le retour**. Les mineurs doivent être munis de leur propre passeport et d'une autorisation de sortie du territoire s'il s'agit d'un enfant non accompagné par un titulaire de l'autorité parentale.


**Obligation de présenter une autorisation de voyage électronique (AVE)**, à remplir sur le site officiel du gouvernement Canadien :

<https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/visiter-canada/ave.html>

**Coût : 7 \$, à régler en ligne par carte de paiement.**

Méfiez-vous des sites frauduleux, qui sont beaucoup plus chers... Sauf exception (se rapprocher alors de l'ambassade), l'autorisation est ensuite délivrée automatiquement. Elle est valable 5 ans.

Pour les ressortissants étrangers, vous renseigner impérativement auprès du Consulat ou de l'Ambassade du Canada

 **Pour conduire sur le sol canadien** le permis de conduire national suffit. Mais attention, certains loueurs exigent de leurs clients français un permis de conduire international. Se renseigner au préalable auprès de votre loueur.

 **Interdiction d'emporter des denrées périssables non stérilisées** (charcuterie, fromage, biscuits...) **et des végétaux.**

 **Si vous emportez une tablette ou un ordinateur portable, pensez à le recharger à 100%** au passage des contrôles de sécurité des aéroports.

## Argent et coût de la vie

### **Monnaie : Le dollar canadien (CAD)**


Taux de change au 21 août 2020 : **1\$ = 0.64 € - 1 € = 1.56 \$**

Les banques sont généralement ouvertes du lundi au vendredi de 9h00 à 16h00.  
Les principales cartes de crédit sont acceptées partout.

### **Le coût de la vie au Canada est globalement un peu plus élevé qu'en France.**

Seule exception : **l'essence, parfois jusqu'à 30 % moins chère** que chez nous.

Faire ses courses au supermarché, dans lesquels on trouve souvent de très beaux rayons traiteur, revient plutôt moins cher qu'en Europe.

 **Les prix affichés (dans les restaurants, hôtels, boutiques...) s'entendent toujours SANS LA TAXE, (selon les provinces, ajouter 5 à 15 %), et hors pourboire dans les restos et les bars (15-20 %).** Dans les hôtels, commerces et musées, le client doit payer en plus une ou plusieurs taxes, dont la **TPS** (taxe sur les produits et services, GST en anglais) parfois, une **liquor tax** (taxe sur les alcools), **ce qui peut aussi représenter jusqu'à 10 % de la note... à laquelle il faudra encore ajouter le service, en moyenne 15 à 20 % du prix hors taxes.**

Gardez donc en tête qu'avec la taxe de vente plus le pourboire, vous voilà à **25-30 % de plus que le prix affiché.**

**Pour les musées et autres sites, compter 5 à 20 \$.**

**Le droit d'accès aux parcs nationaux est de 8-10 \$** par adulte et gratuit pour les 17 ans et moins. Si vous voyagez en groupe ou en famille (avec plusieurs adultes), le **Family/Group Pass est très rentable : environ 20 \$** (maximum 7 personnes dans le même véhicule). Il est valable jusqu'au lendemain de l'achat à 16h et ceci pour tous les parcs nationaux.

Autre bon plan potentiel, le **Discovery Pass valable 1 an qui coûte environ 70 \$ par personne et 140 \$ pour les groupes/familles.**


Les nombreuses attractions (ponts suspendus, téléphériques, parcs à thème, aquariums, etc.) représentent un vrai budget. Compter en moyenne de **30 à 60 \$ par adulte et par attraction.** Il y a toujours une réduction pour les enfants.

Les activités sportives les moins chères sont le VTT, le kayak, le surf et le paddle. Mais tout dépend si vous louez du matériel ou si vous partez en excursion guidée.

## Santé et sécurité

 **Aucun vaccin n'est obligatoire, cependant il est conseillé d'être à jour de ses vaccins préconisés en France. (DTP).**

Au Canada, les **frais de santé sont très élevés pour les touristes étrangers (tarifs hospitaliers de 1 000 à 2 000 \$ par jour)**. Les hôpitaux et cliniques exigent la présentation d'une carte personnelle d'assurance pour accepter une admission. Il est donc **indispensable de souscrire, avant le départ, une assurance voyage intégrale** avec assistance-rapatriement.

 Comme toutes les villes touristiques, les pickpockets sont présents dans les endroits fréquentés. Ne jamais laisser des objets personnels, bagages et autres sans surveillance. Dans les hôtels les papiers officiels doivent être au coffre, la chambre doit être correctement fermée. Restez vigilants pour éviter de tenter les voleurs.



# ☀ Climat, météo et décalage horaire ☀

	janv	fév	mars	avril	mai	juin	juil	août	sept	oct	nov	déc
	☹	☹	☹	☹	☹	😊	😊	😊	😊	☹	☹	☹
Température mini	-16°	-16°	-9°	-1°	5°	11°	14°	13°	8°	2°	-4°	-12°
Température maxi	-6°	-5°	1°	9°	19°	24°	26°	25°	20°	12°	4°	-3°



Il y a **6 fuseaux horaires sur le territoire canadien.**

**Quand il est 18h en France**, il est **12h au Québec et en Ontario** (donc - 6h00) ; 13h00 au Nouveau-Brunswick et en Nouvelle-Écosse ; 11h00 au Manitoba ; 10h00 en Alberta, dans la Saskatchewan et dans les Territoires du Nord-Ouest ; 9h00 au Yukon et en Colombie-Britannique. Petite subtilité : il est 13h30 à Terre-Neuve !



En **décembre, janvier et février**, on entre dans la **période la plus froide** (parfois jusqu'à - 40 °C), avec de **superbes journées ensoleillées**. C'est la **saison du ski, des randonnées à motoneige ou des courses à raquettes**.

En **mars et avril**, c'est le **temps du redoux** tant espéré. Si le dégel transforme généralement les villes en vaste étendue de sloche (gadoue de neige fondue), la période n'en est pas moins agréable et ensoleillée. **C'est aussi la période où l'on va en famille dans les cabanes à sucre pour la tirs d'érable.**



L'Est canadien se visite idéalement durant l'**été indien** qui s'étend, de la **dernière semaine de septembre à la mi-octobre** en fonction de la latitude. Les Amérindiens d'autrefois profitaient de cette période de redoux pour s'enfoncer dans les bois et constituer des réserves.

## Électricité, téléphone et internet

**110v – 60Hz. Prévoir un adaptateur universel** en vente dans les magasins d'électricité voire en grande surface. Les fiches électriques nord-américaines sont à 2 broches plates.



- **De la France vers le Canada :** Code appel international (00) + code pays (1 comme les USA) + indicatif de la région (l'« indicatif régional ») + numéro du correspondant à sept chiffres.
- **Du Canada vers la France :** Code appel international (00) + code pays (33 pour la France) + numéro du correspondant (sans le 0 initial).
- **Pour appeler entre portables français sur place :** + 33 et n° de portable à 10 chiffres sans composer le 0

**Les numéros de téléphone gratuits à l'intérieur du pays commencent par 1-800, 1-855, 1-866, 1-877 et 1-888.**

On peut utiliser son propre téléphone portable au Canada avec **l'option « Monde »**

- **Le « roaming » ou itinérance :** lorsque vous arrivez dans un pays, le nouveau réseau local s'affiche automatiquement. Vous recevez rapidement un SMS de votre opérateur qui propose un pack voyageur incluant un forfait limité de consommations téléphoniques et de connexion Internet.

- **Forfaits étranger inclus :** certains opérateurs proposent des forfaits incluant 35 jours de roaming par an dans le monde entier. On peut donc cumuler plusieurs voyages à l'étranger sans se soucier de la facture au retour. Attention, si SMS, MMS et appels sont souvent illimités, la connexion Internet est, elle, limitée. D'autres opérateurs offrent carrément le roaming toute l'année vers certaines destinations. Renseignez-vous auprès de votre opérateur.

- **Acheter une carte SIM sur place :** une option avantageuse pour certaines destinations. Il suffit d'acheter à l'arrivée une carte SIM locale prépayée chez l'un des nombreux opérateurs, dans les boutiques de téléphonie plutôt qu'à l'aéroport où c'est souvent un peu plus cher. On vous attribue alors un numéro de téléphone local, un petit crédit de communication et de 4G (dès 30 \$ la formule « spéciale touristes » valide en général 3 semaines). **Attention, on ne peut plus vous joindre sur votre numéro habituel mais uniquement sur ce nouveau numéro (sauf si vous avez un téléphone double SIM).**

- **Se connecter au wifi au Canada est le seul moyen d'avoir accès au Web si vous ne disposez pas d'un forfait téléphonique** avec roaming offert.

Il est important de désactiver la connexion « données mobiles ». On peut aussi mettre le portable en mode « Avion » et activer ensuite le wifi. Attention, le mode « Avion » empêche, en revanche, de recevoir appels et SMS.

Une fois connecté au wifi, vous avez accès à tous les services de la téléphonie par Internet, comme WhatsApp, Messenger, Viber, Telegram, Imo, Wechat et Skype.





## Sources documentaires



### **Documentaires :**

La nature au Québec, échappées Belles  
Québec : la belle province des français  
Un été à Montréal  
Au fil du Saint Laurent



### **Guide de voyage :**

Le routard Québec et provinces maritimes  
Lonelyplanet l'essentiel du Canada  
Montréal et Québec en quelques jours  
Le routard : Québec et Ontario

### **Livres :**

Refus global  
Les 1000 mots indispensables en québécois



### **Romans :**

Je me souviens  
La tournée d'automne  
Les aurores montréalaises