



# Kit de Bienvenida

Para los recién  
llegados a Charlevoix



ENGLISH



FRANÇAIS



# Índice

Palabras de bienvenida	4
La región de Charlevoix	5
1. <b>Servicios de inmigración</b>	<b>6</b>
2. <b>Planificación de la llegada</b>	<b>8</b>
<b>Número de Seguro Social</b>	<b>9</b>
3. <b>Medios de comunicación y fuentes de información</b>	<b>10</b>
4. <b>Salud</b>	<b>12</b>
5. <b>Ayuda alimenticia, de vestimenta y financiera</b>	<b>18</b>
6. <b>Transporte</b>	<b>20</b>
7. <b>Derechos laborales</b>	<b>25</b>
8. <b>Vivienda</b>	<b>26</b>
9. <b>Aprendizaje del francés</b>	<b>30</b>
10. <b>Familias</b>	<b>32</b>
11. <b>Finanzas</b>	<b>36</b>
12. <b>Clima</b>	<b>38</b>
13. <b>Separación de residuos y materiales reciclables</b>	<b>43</b>
14. <b>Números de emergencia</b>	<b>44</b>

# Palabras de bienvenida

Queridos recién llegados,

¡Bienvenidos a la región de Charlevoix, un territorio rodeado de naturaleza, cultura y diversidad! Nos llena de alegría recibirlos en nuestra comunidad y ayudarlos a descubrir los atractivos, servicios y oportunidades de la región.

Hemos preparado este kit de bienvenida con información útil y práctica para facilitar su instalación e integración. Aquí encontrarán datos sobre trámites administrativos, recursos disponibles, actividades ofrecidas y organismos asociados.

Este kit es el resultado de la colaboración de varias organizaciones comprometidas con ofrecerles una acogida cálida y personalizada. Estamos aquí para acompañarlos, apoyarlos y orientarlos en su camino de inmigración.

Esperamos que este kit les sea de gran utilidad y que se sientan como en casa en Charlevoix.

¡Les deseamos una cálida bienvenida a su nuevo hogar!

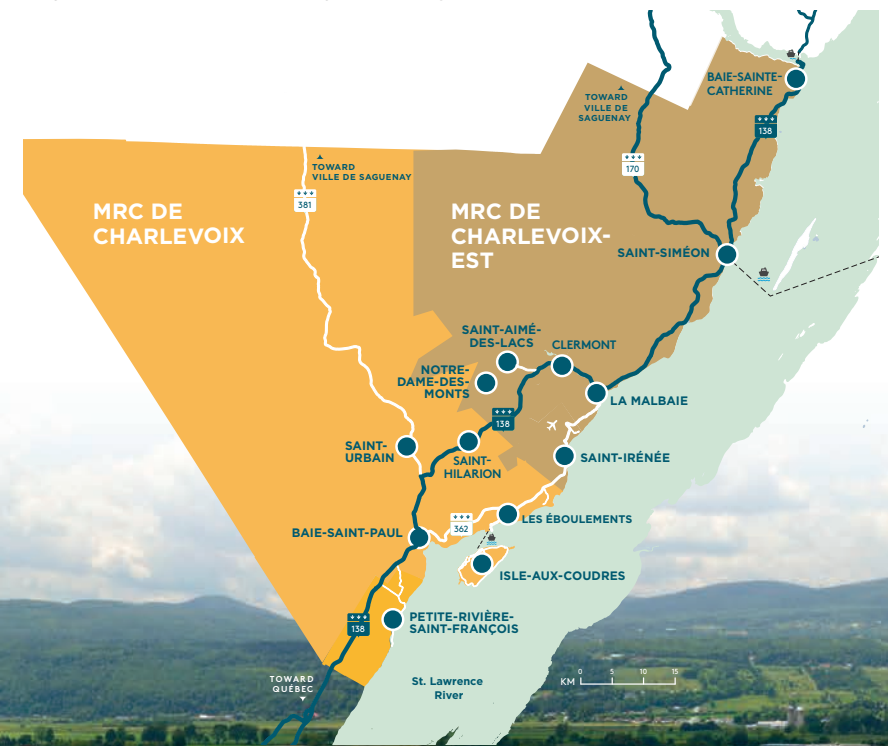
El comité del kit de bienvenida

Esta guía fue realizada y repasada en 2025 en colaboración con.



# La región de Charlevoix

Charlevoix es una región de la provincia de Quebec, situada al noreste de la ciudad de Quebec y bordeada por el majestuoso río Saint-Laurent. Ofrece una naturaleza espléndida, una rica cultura, productos locales excepcionales y un turismo muy variado. La región fue, en parte, moldeada por el impacto de un meteorito. Está conformada por dos MRC (municipios regionales de condado), trece municipios y tres territorios no organizados (TNO). Según Estadísticas Canadá (2021), la población es de 28,780 habitantes. Los paisajes y el clima de Charlevoix cambian drásticamente con cada estación, ofreciendo un entorno lleno de oportunidades: desde la observación de ballenas y festivales hasta una gran variedad de deportes, pasando por el arte y la gastronomía local. ¡Hay mucho por descubrir!





1

# Servicios de inmigración



## SANA

Service d'accueil des nouveaux arrivants

La misión del SANA es facilitar la instalación e integración social y profesional de todas las personas recién llegadas a la región de Charlevoix.



[cje-appui.qc.ca/service-daccueil-des-nouveaux-arrivants](http://cje-appui.qc.ca/service-daccueil-des-nouveaux-arrivants)



## Accompagnement Québec

**Accompagnement Québec** es un servicio gratuito y personalizado ofrecido a las personas inmigrantes para facilitar su integración y participación en la sociedad quebequense, específicamente en francés.

Los agentes de apoyo a la integración del **Ministerio de Inmigración, Francización e Integración (MIFI)** evalúan sus necesidades, tanto inmediatas como futuras, y elaboran un plan de acción individualizado para brindarles la ayuda necesaria.

Service d'intégration pour les personnes immigrantes

INSTALLATION

VIE COLLECTIVE

FRANCISATION

RECONNAISSANCE DES COMPÉTENCES

EMPLOI

DÉMARCHES D'IMMIGRATION

Téléchargez l'application mobile

Pour en savoir plus :  
[Québec.ca/accompagnement-immigrant](http://Québec.ca/accompagnement-immigrant)

# 2

## Planificación de la llegada

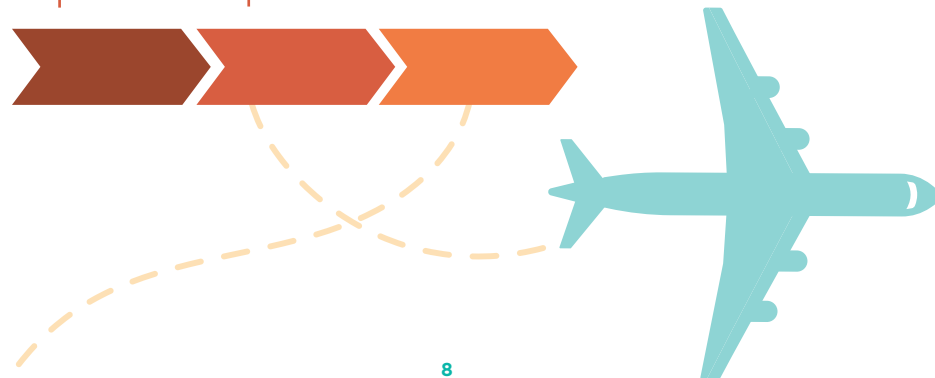
Pasos esenciales durante los primeros días en Canadá

### Durante los primeros días:

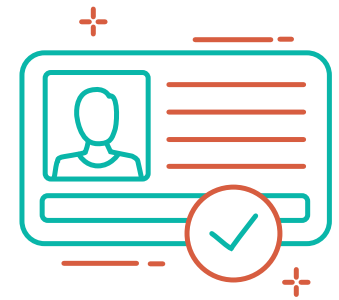
- **Obtener** un número de seguro social (NAS);
- **Inscribirse** en la *Régie de l'assurance maladie du Québec* (RAMQ), informándose sobre los meses de espera y la necesidad de un seguro privado;
- **Contratar** un seguro privado para la atención médica, si es necesario;
- **Abrir** una cuenta bancaria;
- **Realizar** los trámites para cambiar la licencia de conducir;
- **Inscribir** a los hijos en la escuela y/o en la guardería.

### Después de un año:

- **Infórmese** sobre los impuestos (provinciales y federales) y **realice** la declaración de impuestos.



## Número de Seguro Social (NAS)



Es obligatorio obtener un **número de seguro social (NAS)** para trabajar de manera legal en Canadá. Este número es fundamental desde el momento de su llegada, ya que lo necesitará para abrir una cuenta bancaria y al comenzar un nuevo empleo. Además, el NAS se utiliza para trámites como la declaración de impuestos, el seguro de empleo y la asignación familiar, así como para acceder a muchos otros programas gubernamentales.

Obtener el NAS es un servicio gratuito. Simplemente debe acudir a una de las oficinas de **Service Canada** al llegar a Quebec.

### MRC DE CHARLEVOIX-EST

#### Oficina de Service Canada de La Malbaie

541, rue Saint-Étienne, La Malbaie (QC) G5A 1J3

Teléfono: 1 800 622-6232



### MRC DE CHARLEVOIX

No hay oficina de Service Canada en Baie-Saint-Paul, sin embargo, el servicio se ofrece en:

#### Bibliothèque René-Richard

9, rue Forget, Baie-Saint-Paul (QC) G3Z 1T4

Teléfono: 418 435-5858

Miércoles, de 9:00 a 12:30 y de 13:00 a 15:30

### Documentos necesarios para solicitar el NAS:

- Original de un documento de inmigración (por ejemplo, su permiso de trabajo o de estudios);
- Pasaporte;
- Dirección y número de teléfono válidos en Quebec.

3

# Medios y fuentes de información



Diversos medios y fuentes de información permiten mantenerse al tanto de las noticias en Charlevoix:

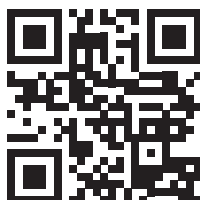


**CharlevoixSocial**

Directorio de servicios



Radio regional



Le **Charlevoisien**

Periódico en línea



Televisión regional



Televisión comunitaria



Televisión comunitaria





# 4 Santé



## Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ)

La **RAMQ** est la entité responsable de administrer el régime de seguro de salud y el régime public de seguro de medicamentos en Quebec. Es importante tener en cuenta que su elegibilidad para la RAMQ puede variar según su estatus migratorio.

→ [ramq.gouv.qc.ca/fr](http://ramq.gouv.qc.ca/fr)



## Seguro médico privado

Este tipo de seguro está destinado a personas que no están cubiertas por la RAMQ. Si usted es elegible, recibirá su tarjeta de seguro de salud de forma gratuita tres meses después de su inscripción. Durante este **periodo de espera de la RAMQ** de tres meses, es obligatorio contar con un seguro médico privado, incluso si ya dispone de un seguro de salud a través de su trabajo:



Seguros de viaje,  
salud y vida



Servicios de Salud  
Integrados



Para ti o tu  
negocio

→ [qc.croixbleue.ca](http://qc.croixbleue.ca)

→ [greenshield.ca](http://greenshield.ca)

→ [cowangroup.ca](http://cowangroup.ca)

## Seguro de medicamentos

Las personas mayores de 18 años que se encuentran de manera temporal en Quebec no son elegibles para el régimen público, salvo en casos excepcionales.



# Médico de familia

Un médico de familia es un médico generalista asignado a usted. Puede solicitar una cita con su médico de familia siempre que lo necesite, lo que facilita enormemente el acceso a la atención médica.

Tan pronto como reciba su tarjeta de seguro de salud, debe inscribirse en la lista de espera para ser asignado a un médico de familia que esté aceptando nuevos pacientes. Los tiempos de espera para la asignación de un médico de familia pueden variar.

→ [quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/guichet-acces-medecin-famille](https://quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/guichet-acces-medecin-famille)



# Recursos de salud en Charlevoix

## MRC de Charlevoix

### HOSPITAL

Hôpital de Baie-Saint-Paul

Téléfono: 418 435-5150

88, rue Racine

Baie-Saint-Paul, QC G3Z 0K3

→ [ciusss-capitalnationale.gouv.qc.ca/a-propos/cucr/charlevoix](https://ciusss-capitalnationale.gouv.qc.ca/a-propos/cucr/charlevoix)

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale  
**Québec**

### CLÍNICA

Coopérative de solidarité de santé  
de la MRC de Charlevoix

Téléfono: 418 435-6310

Local 201, 975, boul. Mgr-De-Laval

Baie-Saint-Paul, QC G3Z 2W3

**Sin cita previa:** llamar entre las 12:00 y la 1 de la tarde para obtener una cita para el día siguiente.

→ [coopsantemrccharlevoix.com](https://coopsantemrccharlevoix.com)



### CENTRE LOCAL DE SERVICES COMMUNAUTAIRES (CLSC)

CLSC Baie-Saint-Paul

Téléfono: 418 435-5475

10, rue Boivin, Baie-Saint-Paul, QC G3Z 1S8

CLSC Isle-aux-Coudres

Téléfono: 418 438-2788

25, chemin de la Traverse

Saint-Bernard-sur-Mer, QC G0A 3J0

→ [ciusss-capitalnationale.gouv.qc.ca](https://ciusss-capitalnationale.gouv.qc.ca)



## MRC DE CHARLEVOIX-EST

### HOSPITAL

Hôpital de La Malbaie  
Téléfono: 418 665-1700  
303, rue Saint-Étienne  
La Malbaie, QC G5A 1T1

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale  
Québec

→ [ciusss-capitalenationale.gouv.qc.ca/  
a-propos/projets-envergure/lamalbaie](https://ciusss-capitalenationale.gouv.qc.ca/a-propos/projets-envergure/lamalbaie)

### CLINICAS

Clínica de Medicina familiar de Clermont  
Téléfono: 418 439-3935  
110, boul. Notre-Dame, Clermont, QC G4A 1G3

Clínica de Medicina familiar de La Malbaie  
Téléfono: 418 665-2366  
515, rue Saint-Étienne, La Malbaie, QC G5A 1W7

**Sin cita previa:** llamar al 418 665-2366 opción 1, por la mañana a partir de las 8 para informarse sobre los horarios.

### CENTRE LOCAL DE SERVICES COMMUNAUTAIRES (CLSC)

CLSC Baie Sainte-Catherine  
Téléfono: 418 237-4272  
309, rue Leclerc, Baie-Sainte-Catherine, QC G0T 1A0

CLSC La Malbaie  
Téléfono: 418 665-6413  
535, boul. de Comporté, La Malbaie, QC G5A 1S8

CLSC Saint-Siméon  
Téléfono: 418 638-2369  
371, rue Saint-Laurent, Saint-Siméon, QC G0T 1X0

**Dónde consultar si estás preocupado  
por tu salud o la de un ser querido**

→ [ciusss-capitalenationale.gouv.qc.ca/  
en/services/consultation-medecin-infirmiere/  
dispo-pour-vous](https://ciusss-capitalenationale.gouv.qc.ca/en/services/consultation-medecin-infirmiere/dispo-pour-vous)

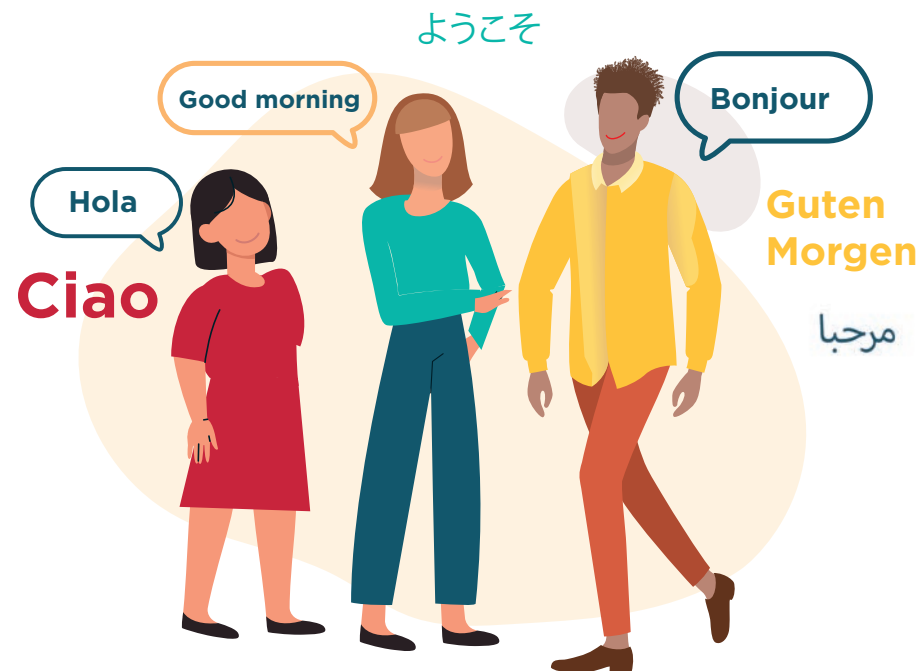


## Interpretación en el entorno médico

### Banco de Intérpretes de la Capitale-Nationale

El **Banco de Intérpretes de la Capitale-Nationale** ofrece servicios de interpretación dentro de la red de salud y servicios sociales. Este servicio permite a las personas con un conocimiento limitado del francés tener acceso, en su propio idioma, a los servicios de salud y sociales que necesitan.

Este recurso es complementario a otros ya existentes, tanto en el ámbito comunitario como en el público. La solicitud de los servicios de un intérprete debe ser realizada por la organización solicitante o por un miembro del personal de dicha organización. Los servicios de interpretación son gratuitos para los usuarios, ya que los costos son cubiertos por el establecimiento.



# 5

## Ayuda alimenticia, de vestimenta y financiera



### MRC de Charlevoix

#### Centre communautaire Pro-Santé de Baie-Saint-Paul

Abierto de lunes a viernes, de 8:00 a 4:00 de la tarde.

→ [pro-sante.ca](http://pro-sante.ca)



Centre  
Communautaire  
Pro-Santé



#### L'Ancrage de l'Isle-aux-Coudres

Abierto los lunes, martes, miércoles  
y viernes, de 9:00 a 4:30 de la tarde,  
y los jueves, de 9:00 a 6:00 de la tarde.



### MRC de Charlevoix-Est

#### SACC

Servicio de ayuda comunitaria  
de Charlevoix-Est

Abierto de lunes a viernes,  
de 8:30 a 4:00 de la tarde.



→ [saccharlevoix.org](http://saccharlevoix.org)

#### Ressourcerie Le SACC Vert

Servicio de ayuda comunitaria  
de Charlevoix-Est

Abierto de martes a domingo.



→ [saccharlevoix.org/la-ressourcerie-le-sacc-vert](http://saccharlevoix.org/la-ressourcerie-le-sacc-vert)

#### CJE de La Malbaie Ma p'tite fripe

Abierto de martes a viernes,  
de 8:30 a 4:30 de la tarde.



#### Comptoir vestimentaire de Clermont

Abierto los lunes de 12:30 a las 3:30 de la tarde, de septiembre  
a junio (incluidos los lunes feriados: Acción de Gracias, Lunes  
de Pascua, Día de los Patriotas).

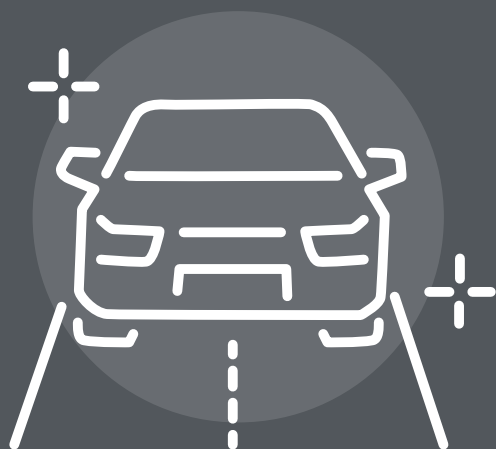
#### Société Saint-Vincent de Paul de La Malbaie

Abierto los lunes, de la 1:30  
las 7 de la tarde.



# 6

## Transporte



### Permiso de conducir y código de circulación

#### Permiso de conducir

Puede conducir un automóvil durante los primeros seis meses después de su llegada a Quebec si posee una licencia de conducir extranjera válida. Después de este periodo de seis meses, es obligatorio obtener una licencia de conducir de Quebec. Por lo tanto, es importante que, tan pronto como llegue, solicite una cita con la **Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ)** para verificar su elegibilidad para el canje de su licencia.

→ [saaq.gouv.qc.ca/rendez-vous](https://saaq.gouv.qc.ca/rendez-vous)



#### Matrícula del vehículo

Para poder circular por las carreteras de Quebec, todo propietario de un vehículo debe matricularlo en la SAAQ y pagar las tarifas correspondientes cada año. Para más información, consulte el sitio web:



→ [saaq.gouv.qc.ca/immatriculation](https://saaq.gouv.qc.ca/immatriculation)

#### Nota importante

La matrícula y el permiso de conducir deben pagarse anualmente.

#### Asientos de auto para niños

La ley exige que los niños viajen sujetos de forma segura con un asiento adecuado a su peso y estatura hasta que puedan usar el cinturón de seguridad del vehículo. Es importante recordar que todos los asientos para niños tienen una fecha de vencimiento. Por lo tanto, si compra un asiento de segunda mano, asegúrese de que no esté vencido y de que no haya estado involucrado en ningún accidente.

→ [saaq.gouv.qc.ca/securite-routiere/comportements/sieges-auto-enfants](https://saaq.gouv.qc.ca/securite-routiere/comportements/sieges-auto-enfants)



## Conducción en invierno

En invierno, los conductores deben adaptar su estilo de conducción a las condiciones meteorológicas y de la carretera. Para garantizar la seguridad de todos, es obligatorio el uso de neumáticos de invierno del 1 de diciembre al 15 de marzo, inclusive. Sin embargo, las primeras nevadas pueden ocurrir en Charlevoix mucho antes del 1 de diciembre, especialmente en las zonas montañosas. Por ello, se recomienda cambiar los neumáticos con anticipación para no ser tomado por sorpresa por el invierno.



Para que un neumático sea considerado apto para la conducción invernal, debe llevar el siguiente pictograma.



[saaq.gouv.qc.ca/securite-routiere/comportements/adapter-conduite/conduite-hivernale](https://saaq.gouv.qc.ca/securite-routiere/comportements/adapter-conduite/conduite-hivernale)

## Consejos para evitar sorpresas en invierno

Lleve siempre en su vehículo un kit de invierno (cepillo para nieve, rascador, líquido limpiaparabrisas, pala, etc.).

Antes de salir, descongele y limpie por completo la nieve del vehículo.

En la carretera, reduzca la velocidad y mantenga una distancia de seguridad con el vehículo de adelante, especialmente cuando la visibilidad es reducida o la carretera está resbaladiza.

Si el clima está despejado, tenga cuidado con el **hielo negro**.

Encienda siempre las luces de posición y las luces bajas cuando el cielo esté oscuro.

Si es posible, posponga sus desplazamientos si las condiciones de la carretera son malas.



## ¿Ha pensado en instalar sus neumáticos de invierno?



En Charlevoix, la nieve suele llegar antes de noviembre.



Pida una cita con el mecánico más cercano.



Asegúrese de que sus neumáticos estén en buen estado.

La multa por no llevarlos es de \$300.



Los neumáticos de invierno son obligatorios del 1 de diciembre al 15 de marzo.

Para más información, visite el sitio web de la SAAQ: [saaq.gouv.qc.ca](https://saaq.gouv.qc.ca)



## Transporte público

### Mobilité Charlevoix

#### Mobilité Charlevoix

Para cualquier pregunta, puede comunicarse con *Mobilité Charlevoix* al 418 400-8080 o por correo electrónico a: [info@mobilitecharlevoix.ca](mailto:info@mobilitecharlevoix.ca).

→ [mobilitecharlevoix.ca](http://mobilitecharlevoix.ca)

#### Nota importante

**El uso compartido del automóvil** (covoiturage) es una práctica común en Charlevoix que permite compartir gastos y reducir el impacto ecológico. Para encontrar ofertas o solicitudes de viajes compartidos, puede consultar los grupos de Facebook dedicados a esta actividad.



# 7

## Derechos laborales

En Canadá, la legislación canadiense protege a todos los trabajadores. Por eso, es importante entender sus derechos durante su estadía en Canadá como trabajador. Aquí algunos recursos útiles:

### Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST)



→ [www.cnesst.gouv.qc.ca/fr](http://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr)



### Justice Pro bono

Abogados y abogadas voluntarios:



→ [justiceprobono.ca](http://justiceprobono.ca)



### Service Canada

→ [www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/services/travailleurs-etrangers/droits-proteges.html](http://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/services/travailleurs-etrangers/droits-proteges.html)



Usted tiene derecho a comunicarse con estas oficinas y consultar estos sitios web. No necesita obtener el consentimiento de nadie, y su empleador no puede castigarlo ni deportarlo por haber utilizado estos recursos. Esto es parte de sus derechos como trabajador.

# 8

## Vivienda



## Derechos y obligaciones

En Quebec, los propietarios y los inquilinos tienen derechos y deberes. Es el *Tribunal Administrativo de Vivienda* quien atiende los casos en caso de litigio. Aquí algunos recursos:

### Tribunal Administrativo de Vivienda (TAL)



→ [tal.gouv.qc.ca](http://tal.gouv.qc.ca)

### Éducaloi

Nuevos Llegados a Quebec



→ [educaloi.qc.ca/dossier/nouveaux-arrivants-quebec](http://educaloi.qc.ca/dossier/nouveaux-arrivants-quebec)

## Recursos – dónde buscar

Para encontrar una vivienda en la región, tiene varias opciones:

### SARL

#### ORH de Charlevoix

Teléfono: 418 435-2850, ext. 1  
sarl@omh.bsp.com



→ [orhmrcc.ca](http://orhmrcc.ca)

#### OMH de Charlevoix-Est

Teléfono: 418 665-4966  
info@omhce.com



→ Office municipal d'habitation (OMH) de Charlevoix-Est – Charlevoix Social

Puede contactar el Servicio de ayuda para la búsqueda de vivienda (SARL), un servicio que le ayuda a buscar, elegir e instalarse en una vivienda adaptada a sus necesidades. Este servicio está disponible sólo en la MRC de Charlevoix.







## Logements Charlevoix

Plataforma de búsqueda de viviendas en línea.

Este portal, desarrollado por las organizaciones asociadas del Desarrollo Social Integrado de Charlevoix (DSI), está dirigido a todas las personas que buscan u ofrecen una vivienda residencial en alquiler en los territorios de la MRC de Charlevoix y la MRC de Charlevoix-Est. En particular, puedes suscribirte al sistema de notificaciones por correo electrónico para recibir avisos cada vez que se publique un nuevo anuncio de vivienda en alquiler.

→ [logementscharlevoix.ca](https://logementscharlevoix.ca)



También puede consultar sitios web como Facebook y Kijiji, donde se publican anuncios de viviendas por parte de propietarios o agencias.



**LOGEMENTS  
CHARLEVOIX**

## Sociedad Canadiense de Hipotecas y Vivienda.



→ [cmhc-schl.gc.ca/fr/consommateurs/acheter-une-maison/nouveaux-arrivants](https://cmhc-schl.gc.ca/fr/consommateurs/acheter-une-maison/nouveaux-arrivants)

### Guía de información

Guía informativa completa sobre el alquiler de viviendas en Canadá, lo que los nuevos llegados deben saber (traducida a varios idiomas).

→ [assets.cmhc-schl.gc.ca/sf/project/cmhc/pdfs/content/fr/66165.pdf?rev=e9c9e4ae-f457-445d-898d-dd136a1ee293](https://assets.cmhc-schl.gc.ca/sf/project/cmhc/pdfs/content/fr/66165.pdf?rev=e9c9e4ae-f457-445d-898d-dd136a1ee293)



## Seguro de vivienda

Se recomienda firmemente contratar un seguro de vivienda, aunque no sea obligatorio en Quebec. El seguro de vivienda le protege en caso de robo, incendio, daño por agua o responsabilidad civil si causa daños a terceros. La mayoría de las compañías de seguros ofrece este tipo de cobertura.



### Nota importante

Si va a mudarse, le invitamos a utilizar el servicio de reenvío de correo de Canada Post. Puede visitar la siguiente sección para obtener más información:

→ [Reenvío de correo | Personal | Canada Post](#)

Para asegurarse de que no olvida nada, utilice el Service québécois de changement d'adresse (SQCA) para enviar su nueva dirección:

→ [adresse.gouv.qc.ca/inscrire/FormulaireChangementAdresse.aspx?Etape=0](https://adresse.gouv.qc.ca/inscrire/FormulaireChangementAdresse.aspx?Etape=0)

Notifíquelo también al Gobierno federal:

→ [canada.ca/fr/gouvernement/changement-adresse.html](https://canada.ca/fr/gouvernement/changement-adresse.html)

# 9

## Aprendizaje del francés



### Francisation Québec

Si desea inscribirse en cursos de francés, le invitamos a consultar la oferta gubernamental de servicios para el aprendizaje del francés, **Francisation Québec**:

→ [quebec.ca/education/apprendre-le-francais](https://quebec.ca/education/apprendre-le-francais)



### Cursos de francés

En Charlevoix, Avise Centre de formation Charlevoix (Centre de services scolaire de Charlevoix) ha recibido el mandato del Ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration (MIFI) para ofrecer cursos de franciscación. Ofrece cursos de francés a tiempo parcial en Baie-Saint-Paul y La Malbaie. Los cursos están adaptados a los alumnos de, sea cual sea su nivel de conocimiento de la lengua francesa. Para ser admitido, hay que inscribirse en la plataforma gubernamental (ver enlace más abajo). Avise también organiza cursos de formación especializada y actividades de aprendizaje del francés para los recién llegados.



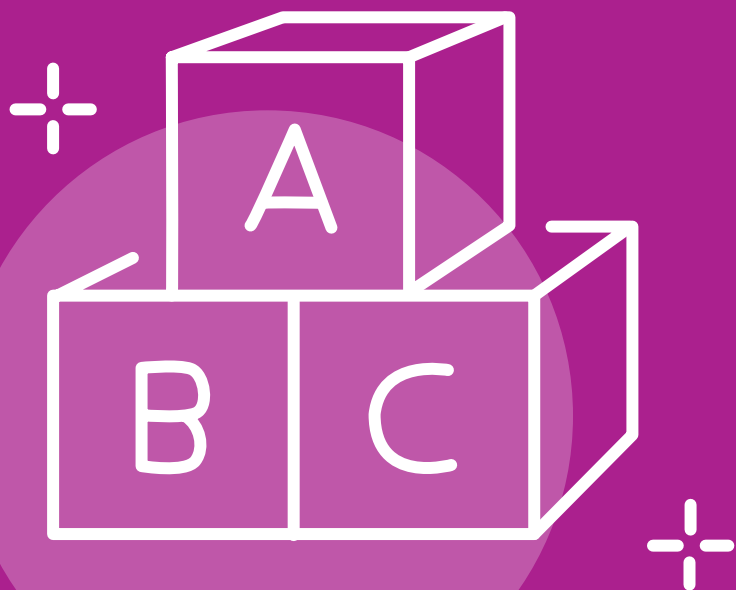
→ [aviseformation.ca/francisation-quebec](https://aviseformation.ca/francisation-quebec)

### FAC - Formation alphabétisation Charlevoix

(FAC) ofrece servicios a los recién llegados francófonos y no francófonos que necesitan mejorar sus competencias básicas en lectura, escritura, aritmética y nuevas tecnologías. El FAC también ofrece talleres de educación popular. Por último, un servicio de ayuda, derivación, apoyo y acompañamiento se ofrece a las personas que tienen dificultades para rellenar formularios y/o comprender documentos. Acceso a Internet y a ordenadores de forma gratuita.



→ [formationalphacharlevoix.org](https://formationalphacharlevoix.org)



### Embarazo

Si está embarazada y desea recibir apoyo, puede inscribirse en línea en la siguiente dirección:

→ [Service de soutien Ma grossesse | Gouvernement du Québec](#)

De este modo, tendrá acceso a los distintos servicios de apoyo disponibles en la región (enfermeras, médicos, nutricionistas).

### Régime québécois d'assurance parentale (RQAP)

Antes del nacimiento de su hijo, puede inscribirse en el RQAP para recibir una ayuda económica durante las semanas en que no pueda trabajar debido al nacimiento de su bebé. Esta ayuda puede utilizarse hasta que tu hijo tenga 18 meses y puede compensar hasta el 75% de tu salario. El régimen es flexible, se adapta a sus necesidades y está disponible tanto para las madres como para los padres o co-padres.

→ [rqap.gouv.qc.ca/fr](http://rqap.gouv.qc.ca/fr)



## Subsidios familiares (ayuda económica)

En Quebec, se le pueden abonar dos formas de ayuda económica desde el nacimiento de su hijo hasta que alcance la mayoría de edad: el subsidio familiar (Gobierno de Quebec) y la prestación fiscal por hijo a cargo (Gobierno de Canadá). El monto varía en función de los ingresos familiares.

Retraite Québec se encarga de gestionar las ayudas familiares:

→ **Retraite Québec - Services en ligne - Allocation famille**

La prestación fiscal por hijo a cargo de Canadá es administrada por la Agencia Tributaria de Canadá:

→ **Allocation canadienne pour enfants (ACE) - Canada.ca**

El acceso a estos dos programas puede variar en función de su situación familiar

→ **Retraite Québec - Nouveau résident du Québec et Allocation famille**

→ **Qui peut faire une demande - Allocation canadienne pour enfants (ACE) - Canada.ca**

### Que debes saber

**Naitre et grandir y Mieux vivre avec notre enfant** son dos recursos gratuitos y recomendados por profesionales. En ellos se encuentra información relevante sobre el embarazo, la primera infancia y el desarrollo infantil en Quebec.

→ **naitreetgrandir.com**

→ **inspq.qc.ca/mieux-vivre/version-pdf**



## Registro para servicios de cuidado infantil

El nuevo Portal gubernamental de inscripción a los servicios de cuidado infantil es la plataforma oficial para registrar a los niños y niñas de 0 a 5 años en los centros de educación infantil de todo Quebec, desde noviembre de 2025. Este portal sustituye a La Place 0-5 y tiene como propósito facilitar el acceso a las plazas disponibles en las guarderías, respondiendo de manera más adecuada a las necesidades de las familias.

Cabe mencionar que, al momento de la elaboración de esta guía, el sitio web aún se encuentra en proceso de transición y no se dispone de información adicional al respecto.

→ **Portail d'inscription aux services de garde**

## Inscripción en la escuela

**Centro de servicios escolares de Charlevoix**

En cuanto a las inscripciones en la escuela (preescolar, primaria y secundaria), encontrará toda la información en el sitio web del Centro de servicios escolares de Charlevoix. Sin embargo, los padres deben contactar directamente la escuela, por correo electrónico o por teléfono, para solicitar una cita para la inscripción de su hijo. También hay fechas límite que se deben respetar para las inscripciones.

### Admisión a primaria

→ **Admission et inscription - Centre de services scolaire de Charlevoix**

### Admisión a secundaria

→ **Admission et inscription au secondaire - Centre de services scolaire de Charlevoix**

## Campo de verano

Todos los municipios de Charlevoix ofrecen un campamento de día de verano. Infórmese ante su municipio.



# Finanzas

## Cuenta bancaria e impuestos

11



### Abrir una cuenta bancaria

Ya seas inmigrante, refugiado, estudiante o trabajador extranjero, necesitaras una cuenta bancaria para gestionar tus finanzas diarias. Aquí tienes las dos instituciones financieras que tienen oficinas en la región de Charlevoix:

#### Desjardins

Inmigrar a Canadá



→ [desjardins.com/particuliers/vous-etes/nouveaux-arrivants-canada/index.jsp](https://desjardins.com/particuliers/vous-etes/nouveaux-arrivants-canada/index.jsp)

#### National Bank

¿Cómo abrir una cuenta si eres recién llegado a Canadá

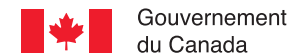


→ [bnc.ca/particuliers/centre-aide/compte-bancaire/fonctionnement/comment-ouvrir-compte-nouvel-arrivant.html](https://bnc.ca/particuliers/centre-aide/compte-bancaire/fonctionnement/comment-ouvrir-compte-nouvel-arrivant.html)

## Declaración de impuestos

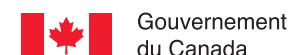
Cada año, los canadienses deben presentar su declaración de impuestos ante la Agencia de Ingresos de Canadá (gobierno canadiense) y Revenu Québec (gobierno de Quebec). La fecha límite para presentar la declaración de impuestos generalmente es el 30 de abril. Aquí algunos recursos:

### Entender sus impuestos



→ [canada.ca/fr/agence-revenu/services/impot/particuliers/programmes-educatifs/quoi-servent-impots.html](https://canada.ca/fr/agence-revenu/services/impot/particuliers/programmes-educatifs/quoi-servent-impots.html)

### Impuesto sobre la renta de personas físicas



→ [canada.ca/fr/services/impots/impot-sur-le-revenu/impot-sur-le-revenu-des-particuliers.html](https://canada.ca/fr/services/impots/impot-sur-le-revenu/impot-sur-le-revenu-des-particuliers.html)

### Declaración de impuestos - Revenu Québec



→ [revenuquebec.ca/fr/citoyens/declaration-de-revenus](https://revenuquebec.ca/fr/citoyens/declaration-de-revenus)

En la región, algunas organizaciones también pueden ayudarte a realizar tu declaración de la renta. Bajo ciertas condiciones, comunícate con ellas para saber si eres elegible.

#### CIRCCO (MRC de Charlevoix)

Centro de Información e Investigación del Consumido  
3, rue Clarence Gagnon, # 3, Baie-Saint-Paul  
QC G3Z 1K5 Teléfono: 418 435-2884



→ [circco.com](https://circco.com)

#### Centre d'action bénévole de Charlevoix

(MRC de Charlevoix-Est)  
367, rue Saint-Étienne, La Malbaie  
QC G5A 1M3 Teléfono: 418 665-7567



→ [abcharlevoix.com](https://abcharlevoix.com)

# 12

## Clima



La región de Charlevoix es muy visitada durante la temporada de verano, ya que es un destino turístico muy popular. Notarás que la afluencia de visitantes es mucho mayor en verano y que la región es muy popular.

## Vestimenta según las estaciones

Es importante vestirse adecuadamente durante la temporada invernal. En la región se ofrecen muchas actividades para familiarizarse con el invierno.

- 1 Gorro o « tuque »
- 2 Bufanda o pañuelo
- 3 Abrigo de invierno
- 4 Mitones o guantes forrados
- 5 Pantalones de invierno forrados
- 6 Botas



### Cuidado con los bebés y niños pequeños

Como no se mueven mucho, tienen un mayor riesgo de sufrir congelaciones. Por eso es importante vestirlos bien con ropa adecuada, de la cabeza a los pies. Una vez bien abrigados, ellos también podrán disfrutar de los hermosos días de invierno contigo!



## Estaciones y clima

Charlevoix es una región magnífica donde las estaciones ofrecen paisajes y actividades muy variadas. A continuación, te contamos lo que puedes descubrir y hacer a lo largo del año:

### Primavera

Cuando la nieve se derrite y el sol calienta el aire, es el momento de probar el sirope de arce, una delicia dulce y típica de Quebec. Puedes visitar una cabaña de azúcar y aprender cómo se transforma la savia de los árboles de arce en jarabe. También podrás ver cómo la naturaleza despierta, con los árboles cubriéndose de hojas verdes y las flores alegrando los jardines. Es el renacer de la naturaleza después de los duros meses de invierno.



### Verano

Los días son largos y cálidos, ideales para disfrutar al aire libre. Puedes andar en bicicleta por la Isle-aux-Coudres, una isla en medio del río, y admirar el paisaje. También puedes observar ballenas cerca de Baie-Sainte-Catherine o visitar los numerosos mercados públicos donde encontrarás productos frescos y locales. Los niños en edad escolar tienen dos meses de vacaciones, lo que te da tiempo para descubrir los muchos parques, terrazas, piscinas y festivales que animan la región.



### Otoño

Es la estación de los colores, cuando las hojas de los árboles toman tonos rojizos y dorados. También es el momento perfecto para hacer senderismo en los parques nacionales Hautes-Gorges-de-la-Rivière-Malbaie o Grands-Jardins, donde podrás observar la fauna y flora excepcionales de Charlevoix. Además, podrás disfrutar de las actividades deportivas y culturales organizadas por los diferentes municipios.



### Invierno

Cuando el frío se instala y la nieve cubre el suelo, Charlevoix se transforma en un paraíso invernal. Puedes practicar esquí alpino o de fondo en el Massif de Charlevoix, una estación reconocida por sus pistas y su vista al río. También puedes visitar el Mont Grands-Fonds o las Sources joyeuses para practicar diferentes actividades invernales. También puedes hacer motonieve, pasear en trineo con perros, patinar o caminar con raquetas de nieve. El invierno tiene mucho que ofrecer, aunque puede parecer una estación más exigente.



#### Nota importante

Se recomienda suscribirse a las notificaciones de Environment Canada para recibir información sobre situaciones meteorológicas excepcionales durante todo el año, como tormentas invernales, frío extremo, calor intenso, alertas de lluvia o lluvia helada, o alertas de tormentas violentas.

## Despeje de nieve en las calles

Durante el invierno, se realizan operaciones de despeje de nieve, lo que puede ocasionar restricciones en el estacionamiento de vehículos en las calles. Infórmate en el sitio web de tu ciudad para más detalles. ¡Atención al remolque!

### Québec 511

Antes de salir a la carretera, se recomienda consultar Québec 511. Allí encontrarás información sobre el estado de las carreteras.

→ [www.quebec511.info/fr](http://www.quebec511.info/fr)



# 13

## Separación de residuos y materiales reciclables



→ Guía de separación de residuos

**Consulte su MRC para conocer el calendario de recogida.**

Averigüe todo lo que necesita saber sobre la recogida de residuos, para materiales reciclables y compostables. Para los residuos domésticos peligrosos, llévalos a un **ecocentros**.

### MRC de Charlevoix

→ Collecte des déchets  
MRC de Charlevoix

### MRC de Charlevoix-Est

→ Matières - Mes collectes

### Aplicación móvil Ça Va où? RECYC-QUÉBEC

Herramienta para ayudar en la separación de los residuos.

→ App mobile Ça Va où? - RECYC-QUÉBEC

RECYC-QUÉBEC  
Québec



# Números de emergencia



911

## Emergencias

Ambulancia, incendio, policía

811

## OPTION 1 - Info-Salud

Problemas de salud no urgentes

## OPTION 2 - Info-Social

Dificultades psicosociales no urgentes

1 800 463-5060

**Centro Antiveneno de Quebec**

1 800 363-9010

**SOS Violencia Conyugal**

1 800 668-6868

**Juventud, Yo Escucho**  
(servicio bilingüe)

**1 866 APPELLE**  
(1 866 277-3553)

**Centro de prevención  
del suicidio de Quebec**

211

**Servicio de información y  
referencia sobre recursos  
sociocomunitarios en Quebec**



## Gastos relacionados con la instalación

- ☐ Alquiler de una vivienda
- ☐ Equipamiento del hogar: muebles, electrodomésticos, ropa de cama, utensilios de cocina y otros
- ☐ Conexión a Internet
- ☐ Electricidad y calefacción
- ☐ Seguros de vivienda y vehículo(s)
- ☐ Teléfono(s)
- ☐ Ropa de abrigo
- ☐ Compra de un automóvil o de títulos de transporte público
- ☐ Seguro de salud para mí y los miembros de mi familia
- ☐ Alimentación
- ☐ Guardería
- ☐ Gastos escolares





# Kit de Bienvenida

Para los recién  
llegados a  
Charlevoix

---

Realizado con la participación financiera  
del Ministerio de Inmigración, Francización  
e Integración, de la MRC de Charlevoix y  
de la MRC de Charlevoix-Est.

Edición 2025

Gracias a la MRC de Portneuf y a  
Accès Travail Portneuf por la inspiración.