

## Découvrez quelques parcours migratoires de vos collègues!

De nombreuses personnes immigrantes travaillent au sein de notre organisation, mais savez-vous que chacune d'entre elles a vécu un parcours migratoire qui lui est propre, avec des hauts et des bas, des chocs culturels ainsi que des rencontres qui ont changé sa vie et la qualité de son intégration? En visionnant les capsules qui ont été mises à votre disposition, vous avez pu comprendre que l'émotion est bien réelle lorsque vos collègues immigrants évoquent leur parcours. Ils se souviennent du jour où ils ont touché le sol québécois comme nous n'oublions pas notre date de naissance...

**Mais qu'est-ce qu'un parcours migratoire?**

**Comment se traduit-il?**

**Il est essentiellement composé de 4 phases :**

**1**

### **La lune de miel**

À son arrivée, la personne immigrante découvre sa nouvelle vie. Tout est possible et merveilleux; elle est enthousiaste et positive.

**2**

### **Le choc culturel**

La personne immigrante vit un certain choc, mais aussi de la frustration ou de la désillusion liée à la confrontation d'un mode de vie qui ne lui est pas familier. Elle peut être découragée, fatiguée, confuse ou triste.

**3**

### **L'acclimatation et l'adaptation**

À ce stade, la personne immigrante met en place des stratégies d'adaptation pour devenir fonctionnelle dans son nouveau milieu de vie.

**4**

### **L'aisance biculturelle ou l'intégration**

Le nouvel arrivant est capable de fonctionner avec sa culture d'origine mais aussi celle de son nouveau pays. Il participe pleinement à la société d'accueil.

Il importe de se rappeler que chaque parcours est différent. Certaines personnes ne passeront pas par ces quatre étapes et ne percevront pas leur parcours de façon linéaire. Chaque être est unique et chaque vécu est différent, notamment en fonction des conditions d'arrivée sur le territoire, de l'âge ainsi que de la maîtrise ou non du français au préalable.

Nous vous présentons donc les témoignages de neuf collègues immigrants qui ont accepté de nous parler de leur parcours migratoire respectif.

# LE CARACTÈRE SINGULIER D'UN PARCOURS MIGRATOIRE

## **SHEILA** : Voir au-delà des différences physiques!

À l'âge de 5 ans, Sheila et ses frères quittent Haïti pour aller rejoindre leur mère installée au Québec. À cet âge, la notion de différence lui est inconnue. Elle commence par fréquenter une école à Montréal qui connaît déjà la diversité ethnoculturelle. Là-bas personne ne questionne le fait qu'elle a la peau noire puisque c'est commun d'être différent. Elle n'a donc pas conscience de ce fait. Quelques temps plus tard, sa famille emménage dans un autre quartier de Montréal. Seule personne de couleur de l'école primaire, elle suscite la curiosité. Au fil du temps, elle constate que les regards sont toujours dirigés sur elle, que plusieurs personnes, guidées par des idées préconçues ont de difficultés à l'accueillir et à s'adapter à sa différence. Ce fut une période difficile qu'elle a surmonté en apprenant à faire sa place. Son aisance biculturelle a pris le dessus au fil du temps pour lui permettre une bonne intégration socio-culturelle. Aujourd'hui, même si elle comprend la réticence de certaines personnes âgées, Sheila se donne pour mission d'éveiller leurs consciences.



## **INGRID** : Parler la même langue sans forcément se comprendre.

Ingrid est au Québec depuis 15 ans. Elle est née en Martinique, dans les Caraïbes, un département d'outre-mer de la France. Elle obtient rapidement un emploi dans le domaine de la santé mentale à Montréal puis dans les Laurentides. Pour elle, son choc culturel vient surtout des différences au niveau de la communication. Elle parle français, mais elle se rend compte que la différence d'accent, les intonations et les expressions peuvent être très différents et ont un impact sur la clarté et l'efficacité de l'échange. Le non-verbal, comme les gestes, les expressions et le ton de la voix moins élevé, peuvent prêter à confusion et être une source de malentendus. Ingrid comprend qu'elle va devoir être moins volubile pour ne pas effrayer les collègues et les patients. Très vite, elle va s'ajuster afin d'atteindre l'aisance biculturelle. Elle n'hésitera pas à faire répéter les gens pour s'assurer de leur compréhension, de la prise en compte du contexte ainsi que de la bonne définition des mots utilisés.



## **JELIBETH** : De vétérinaire à infirmière!

Jelibeth est arrivée au Québec avec ses trois enfants il y a 23 ans. À son arrivée, elle ne parle pas le français et se rend compte de la nécessité de le maîtriser pour comprendre ce nouveau pays. Vétérinaire dans son pays d'origine, elle a étudié à l'université. L'évaluation comparative de son diplôme lui octroie le niveau d'un titulaire d'un baccalauréat en santé. Elle décide d'étudier en soins infirmiers et, à force de courage et de ténacité, elle parvient à compléter une maîtrise en sciences infirmières. Elle fait preuve de résilience pour retrouver son statut de professionnelle au Québec. C'est, en effet, la réalité de plusieurs personnes immigrantes pour retrouver le niveau de vie qu'elles connaissaient dans leur pays d'origine. Un parcours, facilité par des mesures gouvernementales, qui lui a permis une bonne intégration et une reconnaissance par ses pairs.



## GNAHOUA : Un étudiant impliqué!

Gnahoua est arrivé en 1993 de la Côte d'Ivoire à 26 ans. À cette époque, il était étudiant à la maîtrise en génie biomédical à Polytechnique Montréal.

Son premier choc culturel fût assurément le froid, qu'il va apprivoiser dès son arrivée. Ensuite, il sera sujet au mal du pays, qui va toucher nombre de personnes immigrantes dans la première année de leur arrivée. Son remède sera son ouverture d'esprit et sa curiosité qui l'amèneront à s'impliquer comme bénévole dans différentes sphères. S'intégrer et connaître les réalités du Québec vont lui permettre d'accéder rapidement à l'aisance biculturelle : après 30 ans au Québec, il continue à être fier de sa culture et promouvoir l'immigration comme étant une richesse pour les organisations et la communauté.



## JOSEPH : La grande résilience professionnelle.

Joseph est arrivé au Québec en 2008. Il est originaire du Rwanda. Infirmier et gestionnaire dans le secteur de la santé dans son pays, il a dû retourner aux études afin de retrouver le statut social et professionnel qu'il avait au Rwanda. Il a fait preuve de résilience et de persévérance en acceptant de travailler dans les champs, en centres d'appels ainsi que comme préposé aux bénéficiaires, et ce, bien qu'il occupait un poste de cadre dans son pays d'origine. Il avait aussi une pression familiale de faire venir ses proches et faciliter leur intégration. Pour traverser les embûches rencontrées par les nouveaux arrivants, il a fait preuve d'une grande adaptation et s'est entouré des ressources lui permettant de détenir les bonnes informations pour parvenir à son objectif. De son parcours migratoire, il retient et conseille de ne pas brûler les étapes, de croire en soi et de se tenir à l'objectif réaliste que l'on se fixe.

Acquérir l'aisance biculturelle demande des efforts des nouveaux arrivants en apprenant la nouvelle culture sans renier ses origines. Pour faciliter l'intégration professionnelle, Joseph préconise de comprendre la différence du rythme de travail, dépendamment de son pays d'origine, de reconnaître l'importance des mentors et de prévoir un accompagnement en gestion de la diversité culturelle des personnes qui accueillent les nouveaux arrivants en emploi.

## VICTORIA : Apprendre une nouvelle langue et s'adapter aux changements.



Victoria est colombienne. Elle est arrivée en 2009 avec sa fille de 5 ans. Journaliste dans son pays, elle comprend rapidement qu'elle doit apprendre rapidement le français et à reprendre des études, en l'occurrence en sciences politiques, car il lui sera difficile d'exercer sa profession. L'apprentissage de la langue française, les codes sociaux, le froid, l'accès à la nourriture typique de son pays dans les Laurentides qui est moins diversifiée qu'à Montréal, sont autant de difficultés qui jalonnent un parcours migratoire, et ce, aussi bien en milieu de vie, à l'école ou au travail.

Cependant, Victoria parvient à s'adapter grâce à sa grande ouverture d'esprit et sa soif de socialisation. Lier des amitiés et bâtir un réseau personnel et professionnel sont importants pour elle. Son aisance biculturelle acquise, elle a toujours conscience de l'ambivalence reliée à l'attachement qu'elle a pour son pays d'origine.



# LE CARACTÈRE SINGULIER D'UN PARCOURS MIGRATOIRE

## PASCALE : De la France à Mont-Laurier!

Pascale est une infirmière qui est originaire de la France. Elle est installée à Mont-Laurier et exerce sa profession grâce à un permis de travail délivré par le gouvernement. Depuis 2019, son parcours migratoire lui semble aisé. Son intégration professionnelle a été rapide puisqu'elle a vite plongé dans le travail en raison de la pandémie. Elle a bâti des relations sociales avec ses collègues. Au niveau personnel, la communauté a veillé à son installation et à sa familiarisation de son environnement. Elle a obtenu de l'aide pour se loger et pour le travail de son conjoint. Les grands espaces et la nature l'ont séduit et ont facilité son bien-être.

Seul bémol à ce magnifique tableau, son parcours d'immigration est long pour obtenir la résidence permanente qui lui confère le droit de rester sur le territoire canadien. L'aisance biculturelle est en cours d'acquisition puisque son conjoint a le projet d'ouvrir une crêperie et d'ainsi s'intégrer professionnellement dans le tissu entrepreneurial local.



## JULIAN : Un ingénieur civil devenu travailleur social quadrilingue!

Julian est arrivé au Québec en 1998 avec sa famille. Il s'est d'abord installé à Gatineau. Formé dans son pays, il est ingénieur civil et a exercé dans son domaine quelque temps. Cependant, son intérêt le dirige vers une formation dans le domaine psychosocial; il apprécie la communication, curieux de nature et optimiste. Il obtient un certificat en toxicomanie puis un diplôme universitaire en travail social. Il rejoint le CISSS des Laurentides en 2015. Travailler en région est devenu son projet de vie.

Le principal choc culturel, pour lui, est l'apprivoisement de la langue française québécoise. Au départ, même s'il a appris le français avant d'arriver au Québec, il a l'impression de ne rien comprendre et de ne pas savoir parler. Il fera une force de maîtriser quatre langues dans sa pratique professionnelle pour faciliter les prises en charge. Il estime devoir son adaptation biculturelle à son habilité à se rendre disponible et à son désir de connaître les autres.

## ELISSAR : Fuir la guerre, devenir pharmacienne et bâtir sa famille!



Elissar est arrivée au Québec en 1990 alors qu'elle était enfant. Ses parents ont fui la guerre du Liban. La diaspora libanaise aide à leur installation et à leur intégration à Montréal. L'école favorise l'intégration d'Elissar, son adaptation passe beaucoup par sa réussite scolaire. Elle subit la pression parentale pour obtenir une formation académique solide et rémunératrice. Elle sera pharmacienne, alors qu'au départ, son souhait est de devenir écrivaine. Cependant, elle a la volonté de satisfaire ses parents qui ont fait beaucoup de sacrifices pour lui permettre d'avoir une vie dans un pays paisible. Dans son cas, l'aisance biculturelle est largement dépassée puisqu'elle élève ses enfants selon 3 cultures : québécoise, libanaise et vietnamienne, selon les origines de son conjoint.



# LE CARACTÈRE SINGULIER D'UN PARCOURS MIGRATOIRE

Sheila, Ingrid, Jelibeth, Gnahoua, Joseph, Victoria, Pascale, Julian et Elissar sont tous déménagés au Québec pour des raisons qui leurs sont propres. Même si leurs parcours migratoires se distinguaient les uns des autres, ils sont tous parvenus à s'adapter à leur nouvelle vie et à prendre racine en sol québécois. Le fait d'être davantage conscientisé aux défis, réalités et à la grande résilience de ces personnes peut certainement nous amener à mieux apprécier leurs forces, leur détermination et leur persévérance.

