

Bibliographie

211 Est et Nord du Québec. (2023). *Besoin d'aide? Le 211 est là pour vous*. Centre d'information et de Référence de la Capitale-Nationale et de la Chaudière-Appalaches.

<https://www.211quebecregions.ca/>

211 Grand Montréal Gatineau. (2019). *Alimentation*. Centre de référence du Grand Montréal.

<https://www.211qc.ca/alimentation/>

211. Grand Montréal Gatineau. (2019). *Besoin d'aide? Le 211 est là pour vous*. Centre de Référence du Grand Montréal. <https://www.211qc.ca/>

Abdela, S. (2017). Immigrer, c'est « traverser la terre » : la transmission culturelle dans les familles immigrantes. *Observation des réalités des familles du Québec*.

<https://www.orfq.inrs.ca/immigrer-cest-traverser-la-terre-la-transmission-culturelle-dans-les-familles-immigrantes/>

Accès Asie. (s. d.). Accès Asie. <https://accesasie.com/>

Adjizian, J.-M., Roult, R., White, B., Auger, D. & Zheng, D. Q. (2021). Le loisir comme facteur d'intégration sociale pour les nouveaux arrivants : étude de cas centrée sur certains arrondissements de Montréal. *Enjeux et société*, 8(1), 220–248.

<https://doi.org/10.7202/1076542ar>

Aéroports de Montréal. (2024). *Douanes et immigration*. YUL Aéroport International Montréal-Trudeau. <https://www.admtl.com/guide/atterrir-a-montreal/douanes-immigration-canada>

Agence de la santé publique du Canada. (2024). *Inégalités en matière de santé mentale, de bien-être et de mieux-être au Canada*. Gouvernement du Canada. <https://sante-infobase.canada.ca/src/data/mhrd/pdf/Inegalites-en-matiere-de-sante-mentale-sommaire.pdf>

<https://sante-infobase.canada.ca/src/data/mhrd/pdf/Inegalites-en-matiere-de-sante-mentale-sommaire.pdf>

Agence du revenu du Canada. (2024). *Arnaques et fraudes*. Gouvernement du Canada.

<https://www.canada.ca/fr/agence-revenu/campagnes/fraude-arnaques.html>
<https://www.canada.ca/fr/agence-revenu/campagnes/fraude-arnaques.html>

Ahad, A. A., Sanchez-Gonzalez, M., & Junquera, P. (2023). Understanding and addressing mental health stigma across cultures for improving psychiatric care: A narrative review. *Cureus*, 15(5), e39549. <https://doi.org/10.7759/cureus.39549>

Ambrosini, M., & Artero, M. (2023). Immigrant Volunteering : A Form of Citizenship from Below. *VOLUNTAS: International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations*, 34(2), 252-262. <https://doi.org/10.1007/s11266-022-00454-x>

Anaut, M. (2006). L'école peut-elle être facteur de résilience ? *Empan*, 63(3), 30-39. <https://doi.org/10.3917/empa.063.0030>

Antonious, R. (2011). Les communautés arabes au Canada et au Québec. Dans G. Martin Muñoz (Ed.), *Arabes en las dos Américas*. Casa Árabe. https://classiques.uqam.ca/contemporains/antonius_rachad/communautes_arabes_Canada_Qc/communautes_arabes_Canada_Qc_texte.html

Armand, F., Maynard, C., Saboundjian, R. & Venne, É. (2014). Accueillir les élèves immigrants en situation de grand retard scolaire : tout un défi ! *Québec français*, (171), 24-25.

Association canadienne des compagnies d'assurances de personnes. (2025). *Membres de l'ACCAP*. https://www.clhia.ca/web/CLHIA_LP4W_LND_Webstation.nsf/page/F1939A3ED06F30C6852586AE0047E6AE!OpenDocument

Association canadienne pour la santé mentale. Filiale de Québec. (2026). *Centre d'écoute téléphonique (SAISM)*. <https://acsmquebec.org/services/centre-ecoute-telephonique-saism>

Association des Centres d'Écoute Téléphonique du Québec. (2024). *Trouver un centre d'écoute*. <https://www.lignedecoute.ca/centres-decoute-telephonique-par-region/>

Association des éducatrices et éducateurs spécialisés du Québec. (2019). *Le référentiel de compétences lié à l'exercice de la profession d'éducatrice spécialisée ou éducateur spécialisé au Québec. Version abrégée*. <https://cdn.ca.yapla.com/company/CPYkUKqkUKNkTgn3ok733k7c/asset/files/Re%CC%81fe%CC%81rentiel%20-%20Version%20abre%CC%81ge%CC%81e.pdf>

Association des haltes-garderies communautaires du Québec. (2023). *Liste des membres*. <https://ahgcq.org/liste-des-membres/>

Association des orthopédagogues du Québec. (s. d.). *Qu'est-ce qu'un orthopédagogue?* <https://www.ladoq.ca/fr/orthopedagogue>

Association pour la santé publique du Québec. (2026). *Ça se cultive*. <https://casecutive.ca/>

Association québécoise de prévention du suicide. (s. d.). *Vous pensez au suicide? Vous vous inquiétez pour un proche? Vous vivez un deuil?* <https://suicide.ca/fr>

Au bas de l'échelle. (2025). *Au bas de l'échelle*. <https://www.aubasdelechelle.ca/>

Audet, G., Gosselin-Gagné, J., Fowler, E., Caron, M.-È., Maynard, C., & Beauregard, C. (2024). Prendre en compte les réalités d'élèves réfugié·e·s afin de soutenir leur résilience : Analyse de récits de pratique d'enseignant·e·s en contexte québécois. *Swiss Journal of Educational Research*, 46(1), 74-84. <https://doi.org/10.24452/sjer.46.1.6>

Avery, D. H., & Fedorowicz, J. K. (1982). Les Polonais au Canada. *Les groupes ethniques du Canada* (p. 26). La société historique du Canada. <https://cha-shc.ca/wp-content/uploads/2022/08/5c37565f470ac.pdf>

Baldassar, L. (2010). Ce « sentiment de culpabilité ». Réflexion sur la relation entre émotions et motivation dans les migrations et le soin transnational. *Recherches sociologiques et anthropologiques*. 41 (1), 15-37. <https://doi.org/10.4000/ras.185>

Bengaly, M., Dionne, P., Goyer, L., Gourde, A., & Morissette, J. (2024). *L'accompagnement visant l'intégration des personnes réfugiées faiblement scolarisées : une perspective interculturelle en orientation*. Institut canadien d'éducation et de recherche en orientation (CERIC). <https://ceric.ca/fr/publications/laccompagnement-visant-lintegration-des-personnes-refugiees-faiblement-scolarisees-une-perspective-interculturelle-en-orientation/>

Berry, J. W., & Hou, F. (2016). Immigrant acculturation and wellbeing in Canada. *Canadian Psychology / Psychologie canadienne*, 57(4), 254-264. <https://doi.org/10.1037/cap0000064>

Bilan Québec. (2025). *Arrivée massive de réfugiés asiatiques au Canada et au Québec*. Perspective Monde – Université de Sherbrooke. <https://perspective.usherbrooke.ca/bilan/quebec/evenements/20249>

Boucher, G. (2024). *Rapport de la SCHL sur le marché locatif : La crise du logement risque d'exacerber les inégalités au Québec*. Observatoire québécois des inégalités. <https://observatoiredesinegalites.com/marche-locatif-crise-logement/>

Bonjour Québec. (2025). *Fêtes et festivals*. <https://www.bonjourquebec.com/fr-ca/quoi-faire/festivals-et-evenements/fetes-et-festivals?dates=01-12-2025,28-02-2026&fournisseur=1&page=2&page=2>

Bonjour Santé. (2025). *Prendre rendez-vous en ligne. Consultations avec votre médecin ou sans rendez-vous*. Tootelo Innovation Inc. <https://bonjour-sante.ca/uno/clinique>

Brabant, A. (2017). L'immigration libanaise à Montréal depuis 1940. Dans *Encyclopédie du MEM*. <https://ville.montreal.qc.ca/memoiresdesmontrealais/limmigration-libanaise-montreal-depuis-1940>

Cameron, D. (2023, 4 octobre). Des travailleurs immigrants demandent une action collective contre une agence. *La Presse*. <https://www.lapresse.ca/actualites/2023-10-04/systeme-illicite-de-placement/des-travailleurs-immigrants-demandent-une-action-collective-contre-une-agence.php>

Canadian Council for Refugees. (2025). *Histoire — 100 ans d'immigration au Canada 1900-1999*. <https://ccrweb.ca/fr/issues/history>

Canadian Mental Health Association. (2025). *Cross-cultural Mental Health and Substance Use*. <https://bc.cmha.ca/documents/cross-cultural-mental-health-and-substance-use-2/>

Cégep. (2026). *Étudiant(e)s internationaux*. Fédération des cégeps. <https://www.lecegep.ca/fr/etudiant-e-s-internationaux>

Cégep de Rosemont. (2025). *Les différents parcours d'études*. <https://crosemont.qc.ca/information-scolaire-et-orientation/differents-parcours-detudes/>

Center for Addiction and Mental Health (CAMH). (2024). *Alone in Canada. 21 Ways to Make it Better: A Self-Help Guide for Single Newcomers*. <https://www.camh.ca/en/health-info/guides-and-publications/alone-in-canada>

Center for Addiction and Mental Health (CAMH). (2026). *Index sur la santé mentale et la dépendance*. <https://www.camh.ca/fr/health-info/mental-illness-and-addiction-index>

Center for Addiction and Mental Health (CAMH). (2023). *La dépression*. <https://www.camh.ca/fr/health-info/mental-illness-and-addiction-index/depression>

Center for Addiction and Mental Health (CAMH). (2020). *Séparés, mais pas seuls : Importance des liens sociaux à un âge avancé*. <https://kmb.camh.ca/fr/eenet/documentation/separes-mais-pas-seuls-importance-des-liens-sociaux-a-un-age-avance>

Center for Addiction and Mental Health (CAMH). (2023). *Troubles anxieux*. <https://camh.ca/fr/health-info/mental-illness-and-addiction-index/anxiety-disorders>

Centre d'aide aux familles latino-américaines (CAFLA). (s. d.). *Info Salud PTET-CALFA*. <https://cafla.ca/ptet/>

Centre antifraude du Canada. (2022). *Protégez-vous contre les fraudes*. <https://antifraudcentre-centreantifraude.ca/protect-protegez-fra.htm>

Centre d'appui aux communautés immigrantes. (2024). *ICI Scolaire. Une participation active pour un changement actif !* <https://caci-bc.org/ici-scolaire/>

Centre de pédiatrie sociale de Montréal-Nord. (s. d.). *Agent-e école-famille-communauté*. <https://www.pediatriesocialemn.org/wp-content/uploads/2024/11/EFC.pdf>

Centre de services scolaire de Montréal. (2024). *École Christ-Roi. Les services complémentaires, une aide inestimable*. <https://christ-roi.cssdm.gouv.qc.ca/services/services-complementaires/>

Centre des travailleurs et travailleuses immigrantes (IWC-CTI). *Défend les droits du travail des immigrants et se bat pour la dignité, le respect et la justice.* <https://iwc-cti.ca/fr/>

Centre d'expertise en technologie de l'information en santé mentale, dépendance et itinérance. (2025). *Apaiser le stress et l'anxiété.* <https://appsantementale.ca/thematiques/stress-anxiete>

Centre d'expertise en technologie de l'information en santé mentale, dépendance et itinérance. (2026). *Collection d'applications mobiles en santé mentale et mieux-être.* Gouvernement du Québec. <https://appsantementale.ca/>

Centre d'expertise sur le bien-être et l'état de santé physique des réfugiés et des demandeurs d'asile (CERDA). (2025). *À propos. Reconnaissance territoriale. Carnets de route.* <https://carnetsderoute.info/a-propos/>

Centre d'expertise sur le bien-être et l'état de santé physique des réfugiés et des demandeurs d'asile (CERDA). (2025). *Droits et protections.* Carnets de route. <https://carnetsderoute.info/info/droits-et-protections/>

Centre d'expertise sur le bien-être et l'état de santé physique des réfugiés et demandeurs d'asile (CERDA). (2022). *Guide de sensibilisation. Intervenir auprès des personnes réfugiées. Une pratique sensible aux traumatismes.* https://cerda.info/wp-content/uploads/2022/10/20221019_CERDA_guide_web.pdf

Centre d'expertise sur le bien-être et l'état de santé physique des réfugiés et des demandeurs d'asile (CERDA). (2025). *Informations à lire avant tout.* Carnets de route. <https://carnetsderoute.info/info/informations-importantes/>

Centre d'expertise sur le bien-être et l'état de santé physique des réfugiés et des demandeurs d'asile (CERDA). (2025). *Se réunir avec sa famille.* Carnets de route. <https://carnetsderoute.info/info/reunir-famille/#mises-a-jour-reunification-familiale>

Centre d'expertise sur le bien-être et l'état de santé physique des réfugiés et des demandeurs d'asile (CERDA). (2025). *Soins de santé.* Carnets de route. <https://carnetsderoute.info/info/soins-de-sante/>

Centre intégré de santé et de services sociaux de Chaudière-Appalaches. (n. d.). *Conseils pour améliorer le sommeil.* <https://www.ciussca.com/soins-et-services/deficiences-et-handicap/deficiences-physiques/conseils-pour-ameliorer-le-sommeil>

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale. (2025). *Banque d'interprètes communautaires et de navigation.* Gouvernement du Québec. <https://www.ciussc-capitalenationale.gouv.qc.ca/services/bicn>

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal. (2024). *Conseils et prévention – Alimentation saine et durable.*

<https://ciusss-centresudmtl.gouv.qc.ca/conseils-et-prevention/conseils-et-prevention-alimentation-saine-et-durable>

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal. (2025). *Banque d'interprètes du RSSS*. Gouvernement du Québec. <https://ciusss-centresudmtl.gouv.qc.ca/propos/qui-sommes-nous/leadership-et-innovations/banque-dinterpretes-du-rsss>

Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale. (2024). *Stratégies pour apprivoiser mon stress*. <https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/je-suis-un-jeune/boite-a-outils-2/strategies-pour-apprivoiser-mon-stress/>

Centre social d'aide aux immigrants (CSAI). (s. d.). *Immigrer au Canada – 10 conseils pour trouver un emploi au Québec*. <https://centrecsai.org/trouver-emploi-quebec/>

Charte des droits et libertés de la personne, RLRQ, c. C-12.
<https://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/lc/C-12>

Circulaires.ca. (2025). *Circulaire.ca*. <https://www.circulaires.ca/>

Clement, S., Schauman, O., Graham, T., Maggioni, F., Evans-Lacko, S., Bezborodovs, N., & Thornicroft, G. (2015). What is the impact of mental health-related stigma on help-seeking? A systematic review of quantitative and qualitative studies. *Psychological Medicine*, 45(1), 11–27. <https://doi.org/10.1017/S0033291714000129>

CLIC santé. (s. d.). *Trouvez votre rendez-vous*. <https://portal3.clicsante.ca/>

Clinique de cyber-criminologie. (2025). *Bienvenue à la clinique de cyber-criminologie de l'Université de Montréal*. <https://www.clinique-cybercriminologie.ca/>

CMHA BC & Anxiety Canada. (2023). *Mental Health. Wellness Module 2: Mental Health Matters. Here to Help*. <https://www.heretohelp.bc.ca/wellness-module/wellness-module-1-mental-health-matters>

Coalition canadienne pour la santé mentale des personnes âgées. (2024). *Lignes directrices cliniques canadiennes sur l'isolement social et la solitude chez les personnes âgées*. <https://ccsmh.ca/wp-content/uploads/2024/04/DIGITAL-FRENCH-CCSMH-Clinical-Guidelines-SOCIAL-ISOLATION-FINAL.pdf>

Code canadien du travail. L.R.C. (1985), ch. L-2. <https://laws.justice.gc.ca/fra/lois/L-2/index.html>

Code du travail. RLRQ, c. C-27. <https://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/lc/C-27>

Code civil du Québec. RLRQ, c. CCQ-1991.
<https://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/lc/ccq-1991>

Commissaire à la déontologie policière. (2026). *Que voulez-vous faire?* Gouvernement du Québec. <https://deontologie-policiere.gouv.qc.ca/>

Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse. (2026). *La discrimination*. <https://cdpdj.qc.ca/fr/vos-obligations/ce-qui-est-interdit/la-discrimination>

Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse. (2026). *Vos droits, notre mission*. <https://www.cdpdj.qc.ca/fr>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *C'est quoi l'équité salariale?* <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/equite-salariale/cest-quoi-equite-salariale>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Droit de refuser de faire une tâche dangereuse*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/conditions-travail/horaire-travail/droit-refus/droit-refuser-faire-une-tache>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Droits et obligations des travailleurs*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/organisation/cnesst/droits-obligations-pour-tous-en-matiere-travail/droits-obligations-travailleurs>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *En cas d'accident ou de maladie du travail... voici ce qu'il faut savoir!* <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/organisation/documentation/formulaires-publications/en-cas-daccident-maladie-travail>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2021). *Entreprise de compétence fédérale*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/demarches-formulaires/employeurs/dossier-dassurance-lemployeur/types-protection/entreprise-competence-federale>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Fin d'emploi*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/conditions-travail/fin-demploi>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Harcèlement psychologique ou sexuel au travail*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/prevention-securite/milieu-travail-sain/harcelement-au-travail/harcelement-psychologique-sexuel-au-travail>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *J'ai eu un accident ou une maladie du travail*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/evenements-vie/jai-eu-un-accident-une-maladie-travail>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *J'attends un enfant*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/evenements-vie/jattends-un-enfant>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Jours fériés*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/conditions-travail/conges/jours-feries>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2016, 7 novembre). *L'équité salariale - Reconnaître le travail féminin à sa juste valeur* [Vidéo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=s8PQNxDwWCo>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Les normes du travail agricole du Québec*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/organisation/documentation/formulaires-publications/normes-agricoles>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Liés à la famille*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/conditions-travail/conges/lies-famille>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Maladie ou accident non lié au travail*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/conditions-travail/conges/accidents-maladies/maladie-accident-non-lie-au-travail>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Mesures de prévention des principaux risques du secteur de l'agriculture*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/organisation/documentation/formulaires-publications/mesures-prevention-principaux-risques-secteur>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Programme Pour une maternité sans danger*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/prevention-securite/milieu-travail-sain/grossesse-allaitement/programme-pour-une-maternite-sans-danger>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Registre des titulaires de permis d'agence*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/demarches-formulaires/agences-placement-personnel-recrutement/permis-agences/registre-titulaires-permis-agence>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Salaire*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/conditions-travail/salaire-payee/salaire>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2025). *Santé psychologique*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/prevention-securite/sante-psychologique>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Semaine normale de travail*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/conditions-travail/horaire-travail/semaine-normale-travail>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Service à la clientèle*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/service-clientele>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Situations particulières*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/conditions-travail/conges/situations-particulieres>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Travailler en sécurité pour une maternité sans danger*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/organisation/documentation/formulaires-publications/travailler-en-securite-pour-une-maternite-sans>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Travailleuses et travailleurs étrangers temporaires*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/conditions-travail/categories-travailleuses-travailleurs/travailleuses-travailleurs-etrangers-temporaires>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Travailleuse ou travailleur domestique : La protection en cas d'accident du travail ou de maladie professionnelle et les normes du travail*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/organisation/documentation/formulaires-publications/protection-en-cas-accident-maladie-professionnelle>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Travailleuses et travailleurs non visés*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/conditions-travail/categories-travailleuses-travailleurs/travailleuses-travailleurs-non-vises>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Types de protection*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/demarches-formulaires/employeurs/assurance-sante-securite-travail/types-protection>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Vacances annuelles*. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/conditions-travail/conges/vacances-annuelles>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST). (2026). *Votre travail est-il reconnu à sa juste valeur?* <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/organisation/documentation/formulaires-publications/votre-travail-est-il-reconnu-sa-juste-valeur>

Comité de la santé mentale du Québec. (1994). *Recommandation pour développer et enrichir la Politique de la santé mentale*. Gouvernement du Québec. <http://www.santecom.qc.ca/Bibliothequevirtuelle/santecom/35567000026564.pdf>

Confédération des associations de proches en santé mentale du Québec (CAP) Santé mentale. (s. d.). 1 855 272-7837 : la ligne de référence pour les proches! <https://www.capsantementale.ca/contenu/la-ligne-de-reference-pour-les-proches/>

Confédération des associations de proches en santé mentale du Québec (CAP) Santé mentale. (s.d.). *L'importance du réseau de soutien*.

<https://www.capsantementale.ca/contenu/limportance-du-reseau-de-soutien/>

Consortium d'animation sur la persévérance et la réussite en enseignement supérieur (CAPRES). *Étudiants internationaux en enseignement supérieur*.

<https://oresquebec.ca/dossiers/etudiants-internationaux-en-enseignement-superieur/>

Consortium d'animation sur la persévérance et la réussite en enseignement supérieur (CAPRES). (2019). *Jumelages interculturels : l'expertise de l'UQAM*.

<https://oresquebec.ca/pratiques-inspirantes/jumelages-interculturels-lexpertise-de-luqam-pratique-inspirante/>

Co-Savoir. (2022). *L'alpha-francisation*. <https://cdeacf.ca/dossier/alpha-francisation>

CSMO-ESAC. (s. d.). *Intervenant - Intervenante (technicien.ne en travail social)*.

<https://www.csmoesac.qc.ca/metiers/intervenant-intervenante>

Delorme, I. (2023, 4 février). Accompagner les parents migrants. *Le Devoir*.

<https://www.ledevoir.com/societe/education/780157/accompagner-les-parents-immigrants>

Direction régionale de la santé publique de Montréal. (2025). *Alimentation saine et durable*.

Gouvernement du Québec. <https://santepublicquemontreal.ca/conseils-et-prevention/conseils/alimentation-saine-et-durable>

Direction régionale de santé publique de Montréal. (2025). *Santé mentale*. Gouvernement du Québec.

<https://santepublicquemontreal.ca/conseils-et-prevention/conseils/sante-mentale>

Drouin, D. (2020). *Le stress acculturatif chez les étudiants internationaux universitaires – une recension systématique des écrits scientifiques* (Édiqscope, 12). Équipe de recherche en partenariat sur la diversité culturelle et l'immigration dans la région de Québec (ÉDIQ), Université Laval.

<https://www.ediq.ulaval.ca/sites/ediq.ulaval.ca/files/uploads/E%CC%81diqscope%20version%20en%20ligne%20Daniel.pdf>

Éducaloi. (2026). *Cigarette et tabac au Québec : lieux où c'est interdit de fumer*.

<https://educaloi.qc.ca/capsules/cigarette-et-tabac-au-quebec-lieux-ou-cest-interdit-de-fumer/>

Éducaloi. (2025). *L'autorité parentale*. <https://educaloi.qc.ca/capsules/lautorite-parentale/>

Éducaloi. (2025). *Le rôle du Directeur de la protection de la jeunesse (DPJ)*.

<https://educaloi.qc.ca/capsules/role-directeur-protection-de-la-jeunesse/>

Educaloi. (2025). *Les normes du travail fédérales*. <https://educaloi.qc.ca/capsules/normes-travail-federales/>

Éducaloi. (2023). *Loi 96 : Quand pouvez-vous utiliser une langue autre que le français ?* <https://educaloi.qc.ca/decryptage/loi-96-quand-pouvez-vous-utiliser-une-langue-autre-que-le-francais/> <https://educaloi.qc.ca/decryptage/loi-96-quand-pouvez-vous-utiliser-une-langue-autre-que-le-francais/>

Éducaloi. (2026). *Nouveaux arrivants LGBTQ+ : comprendre vos droits*. <https://educaloi.qc.ca/capsules/nouveaux-arrivants-lgbtq-comprendre-vos-droits/>

Éducaloi. (2026). *Punir un enfant en utilisant la force: des règles et des limites*. <https://educaloi.qc.ca/capsules/punir-un-enfant-en-utilisant-la-force-des-regles-et-des-limites/>

Emplois en régions. (2024). *Pour réussir son immigration au Québec!* <https://emploisenregions.ca/>

Emploi et Développement social Canada. (2024). *Comment signaler un abus des travailleurs étrangers temporaires*. Gouvernement du Canada. <https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/services/travailleurs-etrangers/signaler-abus.html>

Emploi et Développement social Canada. (2025). *Travailleurs étrangers temporaires – Vos droits sont protégés*. Gouvernement du Canada. <https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/services/travailleurs-etrangers/droits-protectes.html>

Ensemble pour le respect de la diversité. (2021). *Nos services*. <https://ensemble-rd.com/nos-services/>

Espace parents. (2025). *La formation générale des adultes*. <https://espaceparents.org/post-secondaire/la-formation-generale-des-adultes/>

Espace parents. (2025). *La formation professionnelle*. <https://espaceparents.org/post-secondaire/la-formation-professionnelle/>

Espace parents. (2024). *Les différentes catégories de professionnels et d'intervenants*. <https://espaceparents.org/besoins-particuliers/les-differentes-categories-de-professionnels-et-dintervenants/>

Espace parents. (2025). *L'intégration à l'école*. <https://espaceparents.org/etudier-au-quebec/information/>

Espace parents. (2025). *Poursuivre une formation professionnelle, au collégial ou à l'université*. <https://espaceparents.org/etudier-au-quebec/poursuivre-en-formation-professionnelle-au-collegial-ou-a-luniversite/>

Espace Parents. (2022). *Qu'est-ce que l'initiative Espace Parents?* <https://www.espace-parents.ca/a-propos/>

Fédération des centres de services scolaires du Québec. (2026). *Recherche par région.* <https://www.fcssq.quebec/centres-de-services-scolaires/recherche-par-region>

Fédération québécoise des organismes communautaires Famille. (2026). *Trouver un organisme communautaires Famille.* <https://fqocf.org/trouver-un-ocf/>

Fierté Montréal. (s. d.). *Fierté Montréal.* <https://fiertemontreal.com/>

Films du Québec. (2025). *Films du Québec – Les films de fiction québécois, des origines à nos jours.* <https://www.filmsquebec.com/index-alphabetique-des-films/classement-films-quebécois-par-annee/>

Fondation jeunes en tête. (2020). *Agissons pour le bien-être des jeunes.* <https://fondationjeunesentete.org/>

Fondation pour l'alphabétisation. (2026). *Info-Alpha.* <https://fondationalphabetisation.org/info-alpha/>

Fondation pour l'alphabétisation. (2025). *Info Apprendre.* <https://infoapprendre.org/>

Fortin, S. (2023). *Le vécu des pères migrants, du soutien s'il vous plaît! La famille et les institutions.* Observatoire des réalités familiales du Québec. <https://www.orfq.inrs.ca/le-vecu-des-peres-migrants-du-soutien-sil-vous-plait/>

Fourcade, M.-B. (2018). Un fragment de l'histoire du génocide arménien à Montréal. Dans *Encyclopédie du MEM.* <https://ville.montreal.qc.ca/memoiresdesmontrealais/un-fragment-de-lhistoire-du-genocide-armenien-montreal>

Fowler, J. (2003). *Exercices d'assouplissement pour tous.* Société canadienne de la sclérose en plaques. <https://www.mcgill.ca/infoneuro/files/infoneuro/exercices-dassouplissement-pour-tous.pdf>

Frozzini, J., Gonin, A. & Lorrain, M.-J. (2019). Dynamiques interculturelles en milieu de travail et associatif : des enjeux incontournables pour une participation démocratique des néo-Québécois. *Communiquer*, (25), 79–97.

Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., Beezhold, J., & Sartorius, N. (2015). Toward a new definition of mental health. *World psychiatry : official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 14(2), 231–233. <https://doi.org/10.1002/wps.20231>

Gaudreault, M., Gaudreault, M., El-Hadge, H., & Robert, É. (2022). *Enquête sur la réussite à l'enseignement collégial : à partir des données du SPEC 2 2022 : rapport de recherche général portant sur les étudiantes et les étudiants des populations A et B.* Centre d'Étude des

Conditions de vie et des Besoins de la population (ÉCOBES) ; Centre de recherche pour l'inclusion scolaire et professionnelle des étudiants en situation de handicap (CRISPESH) ; Institut de recherche sur l'immigration et sur les pratiques interculturelles et inclusives (IRIPII); Ministère de l'Enseignement supérieur (MES) ; Fédération des cégeps.

<https://educ.info/xmlui/handle/11515/39000>

Genest, S., Gouin-Bonenfant, M., White, B., & Genest, S. (2021). *Choc culturel. Anthropocen.* <https://doi.org/10.47854/anthropen.v1i1.41078>

Gkintidis, D. (2019). Migration grecque au Québec : Logiques sociales et dilemmes linguistiques. *Grèce Hebdo.* <https://www.grecehebdo.gr/migration-grecque-au-quebec-logiques-sociales-et-dilemmes-linguistiques/>

Gosselin-Gagné, J. (2024). Soutenir la collaboration avec les familles d'élèves issus de l'immigration : Analyse de récits de pratique au préscolaire et au primaire en contextes scolaires québécois. *Revue hybride de l'éducation*, 8(2), 1-23. <https://doi.org/10.1522/rhe.v8i2.1544>

Gouvernement du Canada. (2025). *Allocation canadienne pour enfants (ACE). Qui peut faire une demande.* <https://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/prestations-enfants-familles/allocation-canadienne-enfants-aperçu/allocation-canadienne-enfants-avant-faire-demande.html#who>

Gouvernement du Canada. (2025). *Arnaques et fraudes – Gouvernement du Canada. Reconnaissez les signes afin de vous protéger contre les arnaqueurs.* <https://www.canada.ca/fr/agence-revenu/campagnes/fraude-arnaques.html>

Gouvernement du Canada. (2024). *Comment signaler un abus des travailleurs étrangers temporaires.* <https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/services/travailleurs-etrangers/signaler-abus.html>

Gouvernement du Canada. (2022). *Conseils en matière de nutrition pour les différentes étapes de la vie.* <https://guide-alimentaire.canada.ca/fr/application-lignes-directrices/conseils-differentes-etapes-de-la-vie/>

Gouvernement du Canada. (2025). *Consommation de substances.* <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/dependance-aux-drogues.html>

Gouvernement du Canada. (2013). *Dépendance à la nicotine.* <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/tabagisme-et-tabac/effets-tabagisme-fumee-secondaire-sante/dependance-nicotine.html>

Gouvernement du Canada. (2025). *Étudier au Canada en tant qu'enfant mineur.* <https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/etudier-canada/permis-etudes/preparer/enfant-mineur.html>

Gouvernement du Canada. (2025). *Fraudes visant les nouveaux arrivants*.
<https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/protger-fraude/nouveaux-arrivants.html>

Gouvernement du Canada. (2025). *Guide 5568 — Demande d'admissibilité au Programme fédéral de santé intérimaire (PFSI)*. <https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/demande/formulaires-demande-guides/guide-5568-demande-admissibilite-programme-federal-sante-interimaire.html>

Gouvernement du Canada. (2024). *Guide alimentaire en bref — autres langues*.
<https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/guide-alimentaire-canadien/ressources/en-bref/langues.html>

Gouvernement du Canada. (2025). *Immigration et citoyenneté*.
<https://www.canada.ca/fr/services/immigration-citoyennete.html>

Gouvernement du Québec. (2025). *Les normes du travail au Québec*.
<https://www.cnesst.gouv.qc.ca/sites/default/files/publications/normes-du-travail-quebec.pdf>

Gouvernement du Canada. (2021). *Les risques de l'alcool pour la santé*.
<https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/dependance-aux-drogues/alcool/risques-sante.html>

Gouvernement du Canada. (2026). *Liste des industries et milieux de travail sous réglementation fédérale*. <https://www.canada.ca/fr/services/emplois/milieu-travail/milieux-reglementation-federale.html>

Gouvernement du Canada. (2025). *Louer un appartement ou une maison*.
<https://www.canada.ca/fr/agence-consommation-matiere-financiere/services/louer-premier-appartement.html>

Gouvernement du Canada. (2025). *Numéro d'assurance sociale. Demander, mettre à jour ou obtenir une confirmation de NAS*. <https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/services/numero-assurance-sociale/demande.html>

Gouvernement du Canada. (2025). *Numéro d'assurance sociale. Protégez votre NAS*.
<https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/services/numero-assurance-sociale/protection.html>

Gouvernement du Canada. (2025). *Ouvrir un compte de banque*.
<https://www.canada.ca/fr/agence-consommation-matiere-financiere/services/activites-bancaires/ouvrir-compte-banque.html>

Gouvernement du Canada. (2025). *Programme d'immigration au Canada atlantique. Preuve de fonds*. <https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/immigrer-canada/programme-immigration-atlantique/preuve-fonds.html>

Gouvernement du Canada. (2025). *Rétablissement du statut pour les visiteurs temporaires*. <https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/organisation/publications-guides/bulletins-guides-operationnels/residents-temporaires/visiteurs/retablissement-statut.html>

Gouvernement du Canada. (2025). *Tabagisme, vapotage et tabac*. <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/tabagisme-et-tabac.html>

Gouvernement du Canada. (2024). *Travailler à titre d'étudiant étranger ou de nouveau diplômé*. <https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/etudier-canada/travail.html>

Gouvernement du Canada. (2025). *Travailleurs étrangers temporaires — Vos droits sont protégés*. <https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/services/travailleurs-etrangers/droits-proteges.html>

Gouvernement du Québec. (2024). *Troubles anxieux*. <https://www.quebec.ca/sante/sante-mentale/s-informer-sur-sante-mentale-et-troubles-mentaux/mieux-comprendre-troubles-mentaux/troubles-anxieux>

Gouvernement du Canada. (2025). *Vérifier les délais de traitement*. <https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/demande/verifier-delaits-traitement.html>

Gouvernement du Québec. (2026). *Accompagnement en orientation scolaire et professionnelle*. <https://www.quebec.ca/education/prescolaire-primaire-et-secondaire/accompagnement-soutien-eleves/accompagnement-orientation-scolaire-professionnelle>

Gouvernement du Québec. (2026). *Accompagnement Québec*. <https://www.quebec.ca/immigration/service-integration-personnes-immigrantes>

Gouvernement du Québec. (2025). *Accueil et intégration des élèves issus de l'immigration*. <https://www.quebec.ca/education/prescolaire-primaire-et-secondaire/ressources-outils-reseau-scolaire/accueil-integration-education-interculturelle/accueil-integration>

Gouvernement du Québec. (2026). *Accompagnement en orientation scolaire et professionnelle*. <https://www.quebec.ca/education/accompagnement-etudiants/education/accompagnement-orientation-scolaire-professionnelle/sarca#c179537>

Gouvernement du Québec. (2026). *Admissibilité à l'enseignement en anglais*.
<https://www.quebec.ca/education/prescolaire-primaire-et-secondaire/accompagnement-soutien-eleves/admissibilite-enseignement-anglais/a-propos>

Gouvernement du Québec. (2025). *Agent de relations humaines*.
<https://avenirensante.gouv.qc.ca/carrieres/agent-relations-humaines>

Gouvernement du Québec. (2026). *Aire ouverte : services gratuits de santé et de bien-être pour les jeunes de 12 à 25 ans*. <https://www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/aire-ouverte>

Gouvernement du Québec. (2025). *Améliorer sa santé grâce à l'activité physique*.
<https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/saines-habitudes-de-vie/activite-physique/ameliorer-sa-sante-grace-a-lactivite-physique>

Gouvernement du Québec. (2025). *Apprendre le français*.
<https://www.quebec.ca/education/apprendre-le-francais>

Gouvernement du Québec. (2024). *Après avoir obtenu votre permis de travail*. Gouvernement du Québec. <https://www.quebec.ca/immigration/permanente/immigrer-affaires/investisseurs/apres-permis-travail>
<https://www.quebec.ca/immigration/permanente/immigrer-affaires/investisseurs/apres-permis-travail>

Gouvernement du Québec. (2026). *À propos de la gratuité des services en milieu scolaire*.
<https://www.quebec.ca/education/gratuite-services-milieu-scolaire/a-propos>

Gouvernement du Québec. (2026). *À propos des services de garde en milieu scolaire*.
<https://www.quebec.ca/education/prescolaire-primaire-et-secondaire/administration-encadrements/services-garde-milieu-scolaire/a-propos>

Gouvernement du Québec. (2026). *À propos de l'évaluation comparative*.
<https://www.quebec.ca/immigration/travailler-quebec/faire-reconnaitre-competences-acquises-etrange/obtenir-evaluation-comparative/comprendre>

Gouvernement du Québec. (2024). *À propos des troubles mentaux*.
<https://www.quebec.ca/sante/sante-mentale/s-informer-sur-sante-mentale-et-troubles-mentaux/mieux-comprendre-troubles-mentaux/a-propos-troubles-mentaux>

Gouvernement du Québec. (2026). *Bienvenue au Guichet d'accès à la première ligne (GAP)*.
<https://gap.soinsvirtuels.gouv.qc.ca/fr>

Gouvernement du Québec. (2025). *Centre local de services communautaires (CLSC)*.
<https://www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/organisation-des-services/clsc>

Gouvernement du Québec. (2025). *Changer de carrière*.
<https://www.quebec.ca/emploi/planifier-gerer-carriere/changer>

Gouvernement du Québec. (2022). *Comment obtenir des conseils pour un enfant de 0 à 17 ans*.
<https://www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/organisation-des-services/services-de-sante-et-services-sociaux-de-premiere-ligne/comment-obtenir-conseils-rendez-vous-medical-enfant-0-17-ans>

Gouvernement du Québec. (2025). *Connaître les cliniques qui offrent des consultations médicales le jour même ou dans les jours suivants*. <https://sante.gouv.qc.ca/repertoire-ressources/consultations-medicales-sans-rendez-vous/>

Gouvernement du Québec. (2025). *Conditions requises pour étudier au Québec*.
<https://www.quebec.ca/education/etudier-quebec/conditions-requises>

Gouvernement du Québec. (2023). *Consulter un médecin spécialiste*.
<https://www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/consulter-un-medecin-specialiste>

Gouvernement du Québec. (2025). *Condition pour embaucher un travailleur étranger temporaire avec le traitement simplifié*. <https://www.quebec.ca/entreprises-et-travailleurs-autonomes/administrer-gerer/embauche-gestion-personnel/recruter/embaucher-immigrant/embaucher-travailleur-etranger-temporaire/traitement-simplifie/conditions>

Gouvernement du Québec. (2026). *Connaître les professions et les métiers réglementés*.
<https://www.quebec.ca/emploi/informer-metier-profession/profession-metier-reglemente/connaître-professions-metiers-reglementes>

Gouvernement du Québec. (2026). *Coût des études et aide financière*.
<https://www.quebec.ca/education/cegeps-colleges-prives/etudier/cout>

Gouvernement du Québec. (2026). *Documents officiels et ressources en accueil et intégration des élèves issus de l'immigration pour le réseau scolaire*.
<https://www.quebec.ca/education/prescolaire-primaire-et-secondaire/ressources-outils-reseau-scolaire/accueil-integration-education-interculturelle/accueil-integration/ressources#c299089>

Gouvernement du Québec. (2025). *Documents pour l'inscription des enfants*.
<https://www.quebec.ca/education/etudier-quebec/documents/enfant>

Gouvernement du Québec. (2025). *Droits et obligations des locateurs et des locataires*.
<https://www.quebec.ca/habitation-territoire/location/droits-et-obligations-des-locateurs-et-des-locataires>

Gouvernement du Québec. (2024). *Dépression*. <https://www.quebec.ca/sante/sante-mentale/s-informer-sur-sante-mentale-et-troubles-mentaux/mieux-comprendre-troubles-mentaux/depression>

Gouvernement du Québec. (2026). *Documents à transmettre pour un enfant mineur.*

<https://www.quebec.ca/education/etudier-quebec/documents/enfant>

Gouvernement du Québec. (2026). *Droits des travailleurs temporaires et obligations de l'employeur.*

<https://www.quebec.ca/immigration/travailler-quebec/travailleurs-temporaires/programme-travailleurs-etrangers-temporaires/droits-travailleurs-obligations-employeur>

Gouvernement du Québec. (2025). *Emploi en éducation.*

<https://www.quebec.ca/education/emplois-education>

Gouvernement du Québec. (2024). *État de stress post-traumatique (ESPT).*

<https://www.quebec.ca/sante/sante-mentale/s-informer-sur-sante-mentale-et-troubles-mentaux/mieux-comprendre-troubles-mentaux/etat-stress-post-traumatique>

Gouvernement du Québec. (2026). *Étudier à l'université.*

<https://www.quebec.ca/education/universite/etudier>

Gouvernement du Québec. (2024). *Étudier en formation professionnelle.*

<https://www.quebec.ca/education/formation-professionnelle-education-adultes/la-formation-professionnelle/etudier-formation-professionnelle>

Gouvernement du Québec. (2026). *Étudier en formation générale des adultes.*

<https://www.quebec.ca/education/formation-professionnelle-education-adultes/formation-generale-adultes/etudier-formation-generale-adultes>

Gouvernement du Québec. (2026). *Exemption des droits de scolarité supplémentaires selon le statut d'immigration.*

<https://www.quebec.ca/education/etudier-quebec/aide-financiere-etudiants-internationaux/exemption-droits-scolaire-statut-immigration>

Gouvernement du Québec. (2026). *Faire reconnaître vos compétences acquises à l'étranger par un employeur.*

<https://www.quebec.ca/immigration/travailler-quebec/faire-reconnaitre-competences-acquises-etranger/par-employeur>

Gouvernement du Québec. (2026). *Faire reconnaître vos compétences acquises à l'étranger par un établissement d'enseignement.*

<https://www.quebec.ca/immigration/travailler-quebec/faire-reconnaitre-competences-acquises-etranger/par-etablissement-enseignement>

Gouvernement du Québec. (2026). *Faire reconnaître vos compétences acquises à l'étranger si votre métier ou profession est réglementé au Québec.*

<https://www.quebec.ca/immigration/travailler-quebec/faire-reconnaitre-competences-acquises-etranger/par-organisme-reglementation>

Gouvernement du Québec. (2026). *Faire venir au Québec les membres de votre famille restés à l'étranger*. <https://www.quebec.ca/immigration/refugies-demandeurs-asile/refugies-etranger/faire-venir-membres-famille>

Gouvernement du Québec. (2026). *Formation générale des adultes*. <https://www.quebec.ca/education/formation-professionnelle-education-adultes/formation-generale-adultes>

Gouvernement du Québec. (2026). *Formation professionnelle*. <https://www.quebec.ca/education/formation-professionnelle-education-adultes/la-formation-professionnelle>

Gouvernement du Québec. (2023). *Gérer le stress, l'anxiété et la déprime*. <https://www.quebec.ca/sante/sante-mentale/s-informer-sur-sante-mentale-et-troubles-mentaux/favoriser-bonne-sante-mentale/gerer-stress-anxiete-et-deprime>

Gouvernement du Québec. (2025). *Géographie et territoires du Québec : régions administratives*. <https://www.quebec.ca/gouvernement/portrait-quebec/geographie-territoire/regions-administratives>

Gouvernement du Québec. (2025). *Gérer le stress, l'anxiété et la déprime*. <https://www.quebec.ca/sante/sante-mentale/s-informer-sur-sante-mentale-et-troubles-mentaux/favoriser-bonne-sante-mentale/gerer-stress-anxiete-et-deprime>

Gouvernement du Québec. (2026). *Gestion des admissions et des ententes de services de garde*. <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/enfance/gardereries-et-services-de-garde/portail-inscription/services-garde-educatifs/gestion-admissions-ententes>

Gouvernement du Québec. (2025). *Groupe de médecine de famille (GMF), groupe de médecine de famille universitaire (GMF-U) et groupe de médecine de famille accès/réseau (GMF-A/R)*. <https://www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/organisation-des-services/gmf-gmf-u-et-super-clinique>

Gouvernement du Québec. (2025). *Guichet d'accès à la première ligne*. <https://www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/guichet-acces-premiere-ligne>

Gouvernement du Québec. (2023). *Individu admissible — Guide des mesures et des services. 2.1 Clientèle individus admissibles à l'offre de services d'emploi*. https://www.accueil.servicesquebec.gouv.qc.ca/fileadmin/fichiers_ServicesQC/guide_mesures_services/02_Generalites/02_1_Clientele_individu_admissible/02_1_Clientele_individu_admissible.pdf

Gouvernement du Québec. (2025). *Infirmiers / infirmières*. <https://www.quebec.ca/emploi/informer-metier-profession/explorer-metiers-professions/31301-infirmiers-infirmieres>

Gouvernement du Québec. (2020). *Info-Social 811*. <https://www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/info-social-811>

Gouvernement du Québec. (2026). *Inscription auprès d'un médecin de famille ou d'une infirmière praticienne spécialisée en soins de première ligne*. <https://www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/inscription-aupres-dun-medecin-de-famille>

Gouvernement du Québec. (2025). *Immigration Québec*. <https://www.quebec.ca/immigration>

Gouvernement du Québec. (2026). *Joindre un commissaire local aux plaintes et à la qualité des services*. <https://www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/droits-recours-et-plaintes/regime-d-examen-des-plaintes#c4222>

Gouvernement du Québec. (2020). *Localisateur de bureaux de Services Québec*. <https://www.localisateur.servicesquebec.gouv.qc.ca/>

Gouvernement du Québec. (2025). *Médecins omnipraticiens / omnipraticiennes et médecins de famille*. <https://www.quebec.ca/emploi/informer-metier-profession/explorer-metiers-professions/31102-medecins-omnipraticiens-omnipraticiennes-et-medecins-de-famille>

Gouvernement du Québec. (2025). *Médecin spécialiste*. <https://avenirensante.gouv.qc.ca/carrieres/medecin-specialiste>

Gouvernement du Québec. (2025). *Mieux comprendre les troubles mentaux*. <https://www.quebec.ca/sante/sante-mentale/s-informer-sur-sante-mentale-et-troubles-mentaux/mieux-comprendre-troubles-mentaux>

Gouvernement du Québec. (2026). *Obligation de fréquentation scolaire*. <https://www.quebec.ca/education/prescolaire-primaire-et-secondaire/administration-encadrements/obligation-frequentation-scolaire>

Gouvernement du Québec. (2025). *Obtenir une assurance maladie et hospitalisation*. <https://www.quebec.ca/education/etudier-quebec/conditions-requises#c115412>

Gouvernement du Québec. (2025). *Obtenir une consultation avec un professionnel de la santé si vous avez un médecin de famille ou une infirmière praticienne spécialisée en soins de première ligne*. <https://www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/organisation-des-services/services-de-sante-et-services-sociaux-de-premiere-ligne/comment-obtenir-consultation-avec-professionnel-sante/vous-avez-un-medecin-de-famille>

Gouvernement du Québec. (2026). *Parrainer un membre de votre famille*. <https://www.quebec.ca/immigration/permanente/parrainer-membre-famille>

Gouvernement du Québec. (2025). *Pharmaciens et pharmaciennes*.
<https://www.quebec.ca/emploi/informer-metier-profession/explorer-metiers-professions/31120-pharmaciens-pharmaciennes>

Gouvernement du Québec. (2025). *Portail d'inscription aux services de garde*.
<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/enfance/gardereries-et-services-de-garde/portail-inscription>

Gouvernement du Québec. (2026). *Préparer sa candidature pour postuler à un emploi*.
<https://www.quebec.ca/emploi/trouver-emploi-stage/conseils/preparer-candidature>

Gouvernement du Québec. (2026). *Programmes et services pour aînés*.
<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/personnes-agees/services-programmes-pour-les-aines>

Gouvernement du Québec. (2026). *Programme d'aide financière pour la reconnaissance des compétences (PAFFARC)*. <https://www.quebec.ca/immigration/travailler-quebec/faire-reconnaitre-competences-acquises-etrannger/aide-financiere>

Gouvernement du Québec. (2026). *Protection de la jeunesse (DPJ)*.
<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/enfance/services-jeunes-difficulte-famille/protection-de-la-jeunesse/directeur-de-la-protection-de-la-jeunesse-dpj>

Gouvernement du Québec. (2025). *Quand consulter à l'urgence*.
<https://www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/organisation-des-services/services-de-sante-et-services-sociaux-de-premiere-ligne/quand-consulter-a-lurgence>

Gouvernement du Québec. (2026). *Reconnaître les signes de détresse et prévenir le suicide*.
<https://www.quebec.ca/sante/sante-mentale/s-informer-sur-sante-mentale-et-troubles-mentaux/reconnaitre-signes-detresse-et-prevenir-suicide>

Gouvernement du Québec. (2026). *Reconnaître les signes d'un trouble mental chez l'enfant*.
<https://www.quebec.ca/sante/sante-mentale/sante-mentale-chez-enfant-et-adolescent/reconnaitre-signes-trouble-mental-chez-enfant>

Gouvernement du Québec. (2026). *Répertoire des organismes spécialisés en employabilité*.
<https://www.quebec.ca/emploi/trouver-emploi-stage/organismes-aide/repertoire-organismes-specialises-employabilite>

Gouvernement du Québec. (2025). *Respecter les obligations liées au Certificat d'acceptation du Québec*. <https://www.quebec.ca/education/etudier-quebec/conditions-requises#c115410>

Gouvernement du Québec. (2025). *Responsabilités et obligations des garants*.
<https://www.quebec.ca/immigration/refugies-demandeurs-asile/parrainage-collectif/responsabilites-obligations>

Gouvernement du Québec. (2024). *Ressources d'aide et de soutien en santé mentale*. <https://www.quebec.ca/sante/sante-mentale/trouver-aide-et-soutien-en-sante-mentale/trouver-ressource-aide-et-soutien-en-sante-mentale/ressources-aide-et-soutien-sante-mentale-par-besoin>

Gouvernement du Québec. (2025). *Retourner aux études*. <https://www.quebec.ca/emploi/planifier-gerer-carriere/retourner-etudes>

Gouvernement du Québec. (2024). *Saines habitudes de vie*. <https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/saines-habitudes-de-vie>

Gouvernement du Québec. (2026). *Salons et foire de l'emploi*. <https://www.quebec.ca/emploi/trouver-emploi-stage/salons-emploi>

Gouvernement du Québec. (2025). *Santé mentale*. <https://www.quebec.ca/sante/sante-mentale>

Gouvernement du Québec. (2026). *Santé mentale chez l'enfant et l'adolescent*. <https://www.quebec.ca/sante/sante-mentale/sante-mentale-chez-enfant-et-adolescent>

Gouvernement du Québec. (2026). *Session d'information Objectif Intégration pour les personnes immigrantes*. <https://www.quebec.ca/immigration/installer-integrer/objectif-integration>

Gouvernement du Québec. (2026). *Séance d'information sur les premières démarches d'installation*. <https://www.quebec.ca/immigration/installer-integrer/premieres-demarches-installation>

Gouvernement du Québec. (2026). *Services de soutien à l'intégration offerts par les organismes communautaires partenaires*. <https://www.quebec.ca/immigration/partenaires>

Gouvernement du Québec. (2025). *Service d'intégration des personnes immigrantes*. <https://www.quebec.ca/immigration/service-integration-personnes-immigrantes>

Gouvernement du Québec. (2026). *Services de soutien à l'intégration offerts par les organismes communautaires partenaires — Jumelage interculturel*. https://www.quebec.ca/immigration/partenaires?id=25190&tx_solr%5Bfilter%5D%5B%5D=services%3AJumelage%20interculturel&tx_solr%5Bsort%5D=alphaAsc%20asc&tx_solr%5BresultPerPage%5D=10&tx_solr%5Bpage%5D=1

Gouvernement du Québec. (2025). *Services offerts par les infirmières praticiennes spécialisées (IPS)*. <https://www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/organisation-des-services/infirmieres-praticiennes-specialisees/services-offerts-par-les-infirmieres-praticiennes-specialisees>

Gouvernement du Québec. (2023). *Soins et services en santé mentale : une offre diversifiée pour tous les besoins*. <https://www.quebec.ca/sante/sante-mentale/trouver-aide-et-soutien-en-sante-mentale/etapes-pour-obtenir-soins-et-services-en-sante-mentale>

Gouvernement du Québec. (2026). *Salons et foires de l'emploi*. <https://www.quebec.ca/emploi/trouver-emploi-stage/salons-emploi>

Gouvernement du Québec. (2026). *Système d'éducation au Québec*. <https://www.quebec.ca/education/etudier-quebec/systeme-education>

Gouvernement du Québec. (2024). *Troubles anxieux*. <https://www.quebec.ca/sante/sante-mentale/s-informer-sur-sante-mentale-et-troubles-mentaux/mieux-comprendre-troubles-mentaux/troubles-anxieux>

Gouvernement du Québec. (2024). *Trouble de déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH)*. <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/trouble-deficit-attention-hyperactivite-tdah>

Gouvernement du Québec. (2025). *Trouver les cliniques qui offrent des consultations médicales le jour même ou dans les jours suivants*. <https://sante.gouv.qc.ca/repertoire-ressources/consultations-medicales-sans-rendez-vous/>

Gouvernement du Québec. (2026). *Trouver un CLSC*. <https://sante.gouv.qc.ca/repertoire-ressources/clsc/>

Gouvernement du Québec. (2026). *Trouver un organisme d'aide à l'emploi*. <https://www.quebec.ca/emploi/trouver-emploi-stage/organismes-aide>

Gouvernement du Québec. (2026). *Trouver un organisme scolaire*. <https://www.quebec.ca/education/trouver-organisme-scolaire>

Gouvernement du Québec. (2025). *Trouver votre centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) ou votre centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS)*. <https://sante.gouv.qc.ca/repertoire-ressources/votre-cisss-ciusss/>

Gouvernement du Québec. (2026). *Types de service de garde au Québec*. <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/enfance/gardereries-et-services-de-garde/types-services-garde>

Gouvernement du Québec. (2025). *Urgence 9-1-1*. <https://www.quebec.ca/securite-situations-urgence/urgence-9-1-1>

Gravel, M.-A. (2015). *Coup d'œil sociodémographique : Portrait de la discrimination au Québec* (44). Institut de la statistique du Québec. <https://statistique.quebec.ca/en/fichier/portrait-de-la-discrimination-au-quebec.pdf>

Güngör, D. (2023). Immigration et acculturation à l'adolescence. Dans R. Tremblay, M. Boivin, R. Peters, & M. Bornstein (dir.), *Encyclopédie sur le développement des jeunes enfants*.
<https://www.enfant-encyclopedie.com/immigration/selon-experts/immigration-et-acculturation-ladolescence>

Guo, S. (2014). Immigrants as active citizens : Exploring the volunteering experience of Chinese immigrants in Vancouver. *Globalisation, Societies and Education*, 12(1), 51-70.
<https://doi.org/10.1080/14767724.2013.858527>

Haïtien Folie. (s. d.). *Haïtien Folie*. <https://haitienfolie.com/>

Hanley, J., Al Mhamied, A., Cleveland, J., Hajjar, O., Hassan, G., Ives, N., ... & Hynie, M. (2018). The social networks, social support and social capital of Syrian refugees privately sponsored to settle in Montreal: Indications for employment and housing during their early experiences of integration. *Canadian Ethnic Studies*, 50(2), 123-148.
<https://dx.doi.org/10.1353/ces.2018.0018>

Hanley, J. & L. Castracani. (2024). *Accès aux soins de santé pour les travailleuses et les travailleurs étrangers temporaires*. https://sherpa-recherche.com/wp-content/uploads/2024/11/Webinaire_MidiSHERPA_6-novembre-2024_2h.pdf

Here to Help. (2016). *Wellness Module 1 : Mental Health Matters*.
<https://www.heretohelp.bc.ca/wellness-module/wellness-module-1-mental-health-matters>

Hilario, C. T., Oliffe, J. L., Wong, J. P., Browne, A. J., & Johnson, J. L. (2018). "Just as Canadian as Anyone Else"? Experiences of Second-Class Citizenship and the Mental Health of Young Immigrant and Refugee Men in Canada. *American Journal of Men's Health*, 12(2), 210-220.
<https://doi.org/10.1177/1557988317743384>

Hoodstock. (s. d.). *Hoodstock*. <https://www.hoodstock.ca/>

Ici tou.tv. (2026). *Ici tout.tv*. CBC/Radio-Canada. <https://ici.tou.tv/>

Immigrant Québec. (2024). *Info TET Québec*. <https://www.infotetquebec.com/>

Immigrant Québec. (2024). *Nouveau service de traduction et d'interprétariat pour les TET*.
<https://www.infotetquebec.com/traduction-et-interpretariat/>

Immigrant Québec. (2026). *Partir avec vos enfants*. <https://immigrantquebec.com/fr/fiches-recapitulatives/partir-avec-vos-enfants/>

Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). (2024). *Avantages de l'immigration dans les secteurs d'activité canadiens*. Gouvernement du Canada.
<https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/campagnes/immigration-ca-compte/assurer-croissance-canada.html>

Immigration Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). (2019). [ARCHIVÉ] Canada — Admissions de réfugiés syriens selon la province / le territoire de destination envisagé(e) et la catégorie d'immigration [Jeu de données]. Gouvernement du Canada.

https://ouvert.canada.ca/data/fr/dataset/01c85d28-2a81-4295-9c06-4af792a7c209/resource/acf18d65-274c-423e-988d-935fcf0572eb?inner_span=True

Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). (2010). *État de santé et capital social des nouveaux immigrants : données probantes issues de l'Enquête longitudinale auprès des immigrants du Canada*. Gouvernement du Canada. <https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/organisation/rapports-statistiques/recherche/etat-sante-capital-social-nouveaux-immigrants-donnees-probantes-issues-enquete-longitudinale-aupres-immigrants-canada/section-5.html>

Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). (2023). *Infographie : L'immigration, ça compte pour le secteur des soins de santé du Canada*. Gouvernement du Canada. https://www.canada.ca/content/dam/ircc/documents/pdf/francais/infographique/immigration-ca-compte-infographie_sante-fr.pdf

Immigration Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). (2022). *Mesures d'immigration et de soutien pour les Ukrainiens et les membres de leur famille*. Gouvernement du Canada. <https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/immigrer-canada/mesures-ukraine.html>

Index Santé. (2025). *Hôpitaux*. <https://www.indexsante.ca/hopitaux/>

Institut de la statistique du Québec. (2021). *La santé mentale positive : étude du concept et de sa mesure*. Gouvernement du Québec. <https://statistique.quebec.ca/fr/fichier/sante-mentale-positive-concept-et-mesure.pdf>

Institut de la statistique du Québec. (2024). *Rémunération horaire moyenne et rémunération hebdomadaire moyenne, résultats pour les personnes immigrantes et celles nées au Canada, Québec, Ontario et Canada, 2006-2025*. Gouvernement du Québec. https://statistique.quebec.ca/fr/produit/tableau/remuneration-horaire-et-remuneration-hebdomadaire-resultats-pour-les-personnes-immigrantes-et-celles-nees-au-canada-quebec-ontario-et-canada#tri_tertr=1&tri_sexe=5

Institut national de la santé publique. (2025). *Enquête québécoise sur des conditions de travail, d'emploi, de santé et de sécurité au travail*. <https://www.inspq.qc.ca/publications/1336#:~:text=Le%20chapitre%204%20dresse%20un%20portrait%20des%20dimensions>

Institut national de santé publique du Québec. (2024). *Facteurs qui influencent la santé mentale*. <https://www.inspq.qc.ca/sante-mentale/facteurs>

Institut national de santé publique du Québec. (2024). *Qu'est-ce que la santé mentale?* Gouvernement du Québec. <https://www.inspq.qc.ca/sante-mentale/definition>

Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec — Université Laval. (2025). *Gestion du stress et relaxation*. <https://www.iucpq.ca/pavillon-de-prevention-des-maladies-cardiaques-ppmc/services/gestion-du-stress-et-relaxation/>

IU SHERPA. (2023). *Accès aux soins de santé pour les travailleurs migrants. Cahier des personnes participantes*. https://sherpa-recherche.com/wp-content/uploads/2024/11/Cahier_participants.pdf

Jebenevole.ca. (2025). *Je Bénévole*. <https://www.jebenevole.ca/>

Jeunesse, J'écoute. (2026). *Jeunesse, J'écoute*. <https://jeunessejecoute.ca/>

Kanouté, F., Gosselin-Gagné, J., Guennouni Hassani, R., & Girard, C. (2016). Points de vue d'élèves issus de l'immigration sur leur expérience socioscolaire en contexte montréalais défavorisé. *Alterstice*, 6(1), 13–25. <https://doi.org/10.7202/1038275ar>

Kanouté, F., Vatz Laaroussi, M., Rachédi, L., & Tchimou Doffouchi, M. (2008). Familles et réussite scolaire d'élèves immigrants du secondaire. *Revue des sciences de l'éducation*, 34(2), 265–289. <https://doi.org/10.7202/019681ar>

Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry*, 62(6), 593–602. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.62.6.593>

Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207–222. <https://doi.org/10.2307/3090197>

Laboratoire de recherche et d'actions pour les personnes ayant des problèmes de santé mentale et leurs proches. (2022). *Retrouver le calme avec la pleine conscience*. Université du Québec en Outaouais. <https://lapproche.uqo.ca/guide-jeunes-outils-pleine-conscience/>

Latham, M. (2001). Les maladies chroniques à implications nutritionnelles. Dans *La nutrition dans les pays en développement*. Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture. https://www.fao.org/4/w0073f/w0073f24.htm#P1_11https://www.fao.org/4/w0073f/w0073f24.htm#P1_11

Leclerc, J. (2025). L'enjeu de l'immigration. *L'aménagement linguistique dans le monde*. <https://www.axl.cefanelaval.ca/amnord/Quebec-4immigration.htm>

Legault, G., Oxman-Martinez, J., Guzman P, Gravel, S., & Turcotte, G. (2000). La séparation familiale en contexte migratoire : Conflits parents-enfants. *Interactions*, 4(1), 59-76.

Les libraires. (s. d.). *Les meilleurs livres québécois de tous les temps selon Esprits critique*. <https://www.leslibraires.ca/theme/les-meilleurs-livres-quebecois-de-tous-les-temps->

[selon-esprit-critique-3840?srsId=AfmBOoouMgYQvablUun96WY8k1kmjaX7kcfkwwsj4ObXI6SrXEVkAJGo](https://www.legisquebec.gc.ca/fr/document/lc/n-1.1)

Loi sur les normes du travail. RLRQ, c. N-1.1.
<https://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/lc/n-1.1>

Noël, J. (2017). L'église Sainte-Anne et les Irlandais catholiques de Griffintown. *Encyclopédie du MEM*. <https://ville.montreal.qc.ca/memoiresdesmontrealais/leglise-sainte-anne-et-les-irlandais-catholiques-de-griffintown>

L'Encyclopédie canadienne. (2025). *Chronologie : Peuples autochtones*. Dans *L'Encyclopédie Canadienne*. <https://thecanadianencyclopedia.ca/fr/chronologie/first-nations>

L'Encyclopédie canadienne. (2020). *Génocide et peuples autochtones au Canada*. Dans *L'Encyclopédie Canadienne*. <https://www.thecanadianencyclopedia.ca/fr/article/genocide-and-indigenous-peoples-in-canada>

L'Encyclopédie canadienne. (2023). *Géographie du Québec*. Dans *L'Encyclopédie canadienne*. <https://thecanadianencyclopedia.ca/fr/article/geographie-du-quebec>

Les YMCA du Québec. (s. d.). *Concertation école-famille-communauté*. https://wilfridpelletier.csspi.ca/components/com_gdwgestion/download.php?fileid=371

Ligue des droits et libertés — Section de Québec. (2025). *Les droits de la personne en action*. <https://liguedesdroitsqc.org/ateliers/>

Locataire.info. (2025). *Localisateur de comités logement*. RCLALQ <https://locataire.info/comites-logement/>

Locataire.info. (2025). *Vos droits*. RCLALQ. <https://locataire.info/vos-droits/>

Loi sur l'équité salariale. RLRQ, c. E-12.001.
<https://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/lc/E-12.001>

Loi sur les accidents du travail et les maladies professionnelles. RLRQ, c. A-3.001.
<https://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/lc/A-3.001>

Loi visant à prévenir et à combattre le harcèlement psychologique et la violence à caractère sexuel en milieu de travail. LQ 2024, c. 4. <https://www.canlii.org/fr/qc/legis/loisa/lq-2024-c-4/derniere/lq-2024-c-4.html>

Mangez Québec. (2022). *Calendrier des arrivages*. Association des producteurs du Québec. <https://mangezquebec.com/produits-et-arrivages/>

Medavie Blue Cross. (n. d.). *Programme fédéral de santé intérimaire — Recherche de fournisseurs (Canada seulement)*. <https://ifhp.medaviebc.ca/fr/recherche-de-fournisseurs>

Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport. (2014). *Cadre de référence. Accueil et intégration des élèves issus de l'immigration. 3. Protocole d'accueil*. Gouvernement du Québec. <https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/education/integration-education-interculturelle/Accueil-integration-protocole-accueil.pdf>

Mentorat Québec. (s. d.). *Programmes de mentorat*. <https://mentoratquebec.org/programmes-de-mentorat/>

Monnet. (2025). *Comment s'habiller chaudement pour l'hiver?* Monnet. <https://www.monnet-sports.com/fr/blog/se-proteger-du-froid/comment-shabiller-chaudemment-lhiver>

Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS). (2025). *Circulaire. Tarifs pour les services rendus en externe, prix de journée pour la courte et la longue durée ainsi que prix de journée pour la réadaptation, les nouveau-nés et les services aux jeunes*. Gouvernement du Québec. <https://g26.pub.msss.rtss.qc.ca/Formulaires/Circulaire/ConsCirculaire.aspx?enc=cnHcaKR081A=>

Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS). (2018). *Mission des établissements de santé et de services sociaux*. Gouvernement du Québec. <https://www.msss.gouv.qc.ca/reseau/etablissements-de-sante-et-de-services-sociaux/>

Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS). (2019). *La détresse psychologique en quelques chiffres*. Gouvernement du Québec. <https://www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/statistiques-donnees-sante-bien-etre/flash-surveillance/detresse-psychologique-en-quelques-chiffres/>

Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS). (2025). *Médecin spécialiste*. Gouvernement du Québec. <https://avenirensante.gouv.qc.ca/carrieres/medecin-specialiste>

Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS). (2021). *Services de proximité, services sociaux et communautaires. Pharmacies communautaires*. Gouvernement du Québec. <https://www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/soins-et-services/guide-urgences-services-de-proximite-services-sociaux-et-communautaires/pharmacies-communautaires/>

Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale. (2025). *Le code du travail en question et réponses*. Gouvernement du Québec. https://www.travail.gouv.qc.ca/fileadmin/fichiers/Documents/code_travail/CodeTravailQR.pdf

Musiqc. (s. d.). *Musiqc*. <https://musiqc.ca/>

Naître et grandir. (2018). *Les halte-garderies: une ressource à découvrir*. <https://naitreetgrandir.com/fr/nouvelles/2018/01/03/20180103-haltes-garderies-ressource-decouvrir/>

Navette Nature. (2025). *Navette Nature*. <https://www.navettenature.com/fr-ca>

Neff, K. D., & Dahm, K. A. (2015). Self-compassion : What it is, what it does, and how it relates to mindfulness. Dans B. Ostafin, M. Robinson et B. Meier (dir.), *Handbook of mindfulness and self-regulation*. Springer. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4939-2263-5_10

Noël, J. (2017). L'église Sainte-Anne et les Irlandais catholiques de Griffintown. Dans *Encyclopédie du MEM*. <https://ville.montreal.qc.ca/memoiresdesmontrealais/leglise-sainte-anne-et-les-irlandais-catholiques-de-griffintown>

Nuits d'Afrique. (s. d.). *Nuits d'Afrique*. <https://www.festivalnuitsdafrique.com/>

Miller, A., Hess, J. M., Bybee, D., & Goodkind, J. R. (2018). Understanding the mental health consequences of family separation for refugees : Implications for policy and practice. *The American Journal of Orthopsychiatry*, 88(1), 26-37. <https://doi.org/10.1037/ort0000272>

Monnet. (2025). *Comment s'habiller chaudement pour l'hiver?* <https://www.monnet-sports.com/fr/blog/se-proteger-du-froid/comment-shabiller-chaudemment-lhiver>

Oberg, K. (1960). Cultural shock: Adjustment to new cultural environments. *Practical Anthropology*, 7, 177-182

Observatoire québécois des inégalités raciales au Québec (OIRQ). (2025). *État de la recherche sur les disparités socio-économiques et les discriminations raciales à l'emploi au Québec – Bulletin 1*. <https://oirq.org/bulletin-1/>

Office québécois de la langue française. (2013). *Allophone*. Dans *Grand dictionnaire terminologique*. <http://vitrinelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/fiche-gdt/fiche/8359640/allophone>

Office québécois de la langue française. (2001). *Baccalauréat*. Dans *Grand dictionnaire terminologique*. <http://vitrinelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/fiche-gdt/fiche/8872117/baccalaureat>

Office québécois de la langue française. (2020). *Bénévolat*. Dans *Grand dictionnaire terminologique*. <http://vitrinelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/fiche-gdt/fiche/8875151/benevolat>

Office québécois de la langue française. (2025). *Communiqué 2024. Étude sur la langue de travail au Québec À Montréal, 43 % des personnes utilisent généralement ou exclusivement le français au travail*. Gouvernement du Québec. https://www.oqlf.gouv.qc.ca/office/communiques/2024/20240307_etude_langue_travail_quebec_montreal.aspx

Office québécois de la langue française. (2025). *Pour mieux se comprendre. Vocabulaire de la santé mentale*.

<https://www.oqlf.gouv.qc.ca/ressources/bibliotheque/dictionnaires/vocabulaire-sante-mentale.aspx>

Office québécois de la langue française. (2025). *Résilience*. Dans *Grand dictionnaire terminologique*. <https://vitrinelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/fiche-gdt/fiche/8366325/resilience>

Office québécois de la langue française. (2006). *Syndicat de salariés*. Dans *Grand dictionnaire terminologique*. <http://vitrinelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/fiche-gdt/fiche/8869315/syndicat-de-salaries>

Office québécois de la langue française. (2025). *Trouble de l'adaptation*. Dans *Grand dictionnaire terminologique*. <https://vitrinelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/fiche-gdt/fiche/26552632/trouble-de-ladaptation>

Ohdio. *Ohdio*. Société Radio-Canada. <https://ici.radio-canada.ca/ohdio>

Ordre des orthophonistes et audiologistes du Québec. (s. d.). *Pourquoi consulter un orthophoniste ?* <https://www.ooaq.qc.ca/consulter/orthophoniste/pourquoi-consulter-orthophoniste/>

Ordre des pharmaciens du Québec. (2025). *Le rôle du pharmacien communautaire*. <https://www.opq.org/protection-du-public/votre-pharmacien-et-vous/role-du-pharmacien/pharmacien-communautaire/>

Ordre des psychologues du Québec. (2007). *Cadre de pratique des psychologues exerçant en milieu scolaire*. <https://www.ordrepsy.qc.ca/documents/26707/63191/pratique-milieu-scolaire/5285b830-19be-40f3-8846-c97a87e8e1db>

Ordre des psychologues du Québec. (2025). *Qu'est-ce que la psychothérapie?* <https://www.ordrepsy.qc.ca/la-psychotherapie>

Ordre des psychologues du Québec. (2025). *Qu'est-ce qu'un psychologue?*. <https://www.ordrepsy.qc.ca/un-psychologue>

Ordre des psychologues du Québec. (2025). *Résumé des quatre exigences*. <https://www.ordrepsy.qc.ca/fr/resume-quatre-exigences-psychotherapeute>

Ordre des psychologues du Québec. (2025). *Trouver de l'aide*. <https://www.ordrepsy.qc.ca/trouver-aide>

Ordre des psychoéducateurs et psychoéducatrices du Québec. (s. d.). *La psychoéducation en milieu scolaire. Une présence qui fait la différence!* https://ordrepsed.qc.ca/wp-content/uploads/2023/05/La_psychoeducation_en_milieu_scolaire_RESUME.pdf

Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec. (2025). *Découvrir nos professions*. <https://www.otstcfq.org/public/nos-professions/decouvrir-nos-professions/>

Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec. (2026). *Trouver un professionnel*. <https://www.otstcfq.org/public/trouver-un-professionnel/>

Orespere-Samdarra. (2021). *Mieux comprendre la santé mentale, des repères pour agir : Guide pratique sur la santé mentale pour les personnes en situation de précarité ou de migration*. <https://orspere-samdarra.com/wp-content/uploads/2021/12/os-outil-sante-mentale-fr.pdf>

Organisation internationale de la Francophonie. (2022). *La langue française dans le monde 2022 : synthèse*. Gallimard ; Organisation internationale de la Francophonie. https://www.francophonie.org/sites/default/files/2022-03/Synthese_La_langue_francaise_dans_le_monde_2022.pdf

Organisation mondiale de la Santé. (2022). *Santé mentale*. <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Pannetier, J. (2018). Liens transnationaux et santé mentale : De la nécessité du lien entre ici et là-bas ? Le cas des migrations africaines en Île-de-France. *Revue européenne des migrations internationales*, 34(2-3), Article 2-3. <https://doi.org/10.4000/remi.10817>

Papazian-Zohrabian, G. (2017). *La psychologie scolaire par rapport aux défis de l'intégration sociale et à la réussite scolaire des élèves réfugiés au Québec*. Ordre des psychologues du Québec. <https://www.ordrepsy.qc.ca/-/la-psychologie-scolaire-par-rapport-aux-defis-de-l-integration-sociale-et-a-la-reussite-scolaire-des-eleves-refugies-au-quebec>

Papazian-Zohrabian, G., Mamprin, C., Lemire, V., & Turpin-Samson, A. (2018). Le milieu scolaire québécois face aux défis de l'accueil des élèves réfugiés : Quels enjeux pour la gouvernance scolaire et la formation des intervenants scolaires ? *Éducation et francophonie*, 46(2), 208–229. <https://doi.org/10.7202/1055569ar>

Paré, O. (2017). L'immigration chinoise à Montréal. Dans *Encyclopédie du MEM*. <https://ville.montreal.qc.ca/memoiresdesmontrealais/limmigration-chinoise-montreal>

Perone, S. A., Beerendonk, H. V., Avril, J., Bise, G., & Loutan, L. (2008). *Stress* et santé mentale chez les expatriés. *Revue médicale suisse*, (157), 1206-1211. <https://www.revmed.ch/revue-medicale-suisse/2008/revue-medicale-suisse-157/stress-et-sante-mentale-chez-les-expatries>

Parcs Canada. (2016). *L'arrivée de personnes déplacées au Canada de 1945 à 1951* [Document d'information]. Gouvernement du Canada. <https://www.canada.ca/fr/parcs-canada/nouvelles/2016/02/l-arrivee-de-personnes-deplacees-au-canada-de-1945-a-1951.html>

Picot, G. et F. Hou. (2020). *A Canada–U.S. Comparison of the Economic Outcomes of STEM Immigrants*. Statistique Canada.

<https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11f0019m/11f0019m2020016-eng.htm>

Plein air interculturel de l'Estrie. *Plein air interculturel de l'Estrie*.

<https://pleinairinterculturelestrie.com/>

Porter, A. (2019). *Les travailleurs étrangers plus en proie aux blessures*. La Terre de chez nous.

<https://www.laterre.ca/actualites/vie-rurale/les-travailleurs-etrangers-plus-en-proie-aux-blessures/>

Protecteur du citoyen. (2026). *Nous assurons le respect de vos droits dans vos relations avec les services publics québécois*. <https://protecteurducitoyen.qc.ca/fr>

Gouvernement du Canada. (2026). *Programme du travail*. <https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/ministere/portefeuille/travail.html>

Qualifications Québec. (2026). *Chercher votre profession*.

<https://qualificationsquebec.com/chercher-votre-profession/>

Qualifications Québec. (2026). *Comprendre la reconnaissance des compétences*.

<https://qualificationsquebec.com/comprendre-la-reconnaissance-des-competences/>

Québec Aventure Plein air. (2025). *Parcs régionaux du Québec*.

<https://www.aventurequebec.ca/parcs-regionaux/parcs-regionaux-quebec>

Québec emploi. (2026). *Postes actuellement offerts*. Gouvernement du Québec.

<https://www.quebecemploi.gouv.qc.ca/plateforme-emploi>

Radio-Canada. (2025). *Étoiles migrantes et plein air : anthropologie*. <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/2143231/etoiles-migrantes-plein-air-anthropologie>

Radio-Canada. (2018). *Venir en aide aux immigrants qui vivent un choc alimentaire*

[Balado]. Consulté le 27 mars 2025, à l'adresse <https://ici.radio-canada.ca/ohdio/premiere/emissions/les-eclaireurs/segments/entrevue/81990/immigration-alimentation-nutrition-probleme-hiver-aide-sante>

Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). (2020). *Assurance maladie*. Gouvernement du Québec. <https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie>

Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). (2020). *Assurance médicament*.

Gouvernement du Québec. <https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-medicaments>

Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). (2025). *Connaître les conditions d'admissibilité à l'assurance maladie*. <https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie/connaître-conditions-admissibilité>

Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). (2025). *Connaître les conditions d'admissibilité au régime public d'assurance médicaments*. <https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-medicaments/connaître-conditions-admissibilité-régime-public>

Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). (2020). *Connaître les conditions de couverture du régime*. Gouvernement du Québec. <https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-medicaments/connaître-conditions-couverture-régime>

Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). (2020). *Ententes de sécurité sociale avec d'autres pays*. Gouvernement du Québec. <https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie/ententes-securite-sociale-autres-pays>

Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). (2020). *Exceptions au délai de carence*. Gouvernement du Québec. <https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie/connaître-conditions-admissibilité#:~:text=Exceptions%20au%20d%C3%A9lai%20de%20carence&text=Vous%20arrivez%20d'un%20pays,aide%20financi%C3%A8re%20de%20dernier%20recours>

Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). *M'informer sur les services couverts*. Gouvernement du Québec. <https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie/informer-services-couverts>

Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). (2020). *Nouveaux arrivants: inscrivez-vous en ligne à l'assurance maladie!* Gouvernement du Québec. <https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/nouveaux-arrivants-inscrivez-vous-ligne-a-assurance-maladie>

Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). (2020). *Renseignements sur les régimes privés*. Gouvernement du Québec. <https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-medicaments/renseignements-regimes-prives>

Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). (2020). *Responsabilités des employeurs et des assureurs*. Gouvernement du Québec. <https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-medicaments/responsabilites-employeurs-assureurs>

Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). (2020). *Services couverts en pharmacie*. <https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-medicaments/services-couverts-pharmacie>

Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). (2020). *Services médicaux*. Gouvernement du Québec. <https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie/services-medicaux>

Regroupement des services d'intervention de crise du Québec. (s. d.). *Trouver un centre de crise dans votre région*. <https://resicq.ca/#trouver>

Regroupement provincial des comités des usagers (RPCU). (2025). *Les 12 droits des usagers*. <https://rpcu.qc.ca/vos-droits/les-12-droits-des-usagers/>

Réseau d'aide aux travailleuses et travailleurs migrants agricoles du Québec (RATTMAQ). (2026). *Services*. <https://rattmaq.org/services/>

Réseaux des centres d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC). (2026). CAVAC. *Centre d'aide aux victimes d'actes criminels*. <https://www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/droits-recours-et-plaintes/regime-d-examen-des-plaintes#c4222>

Retraite Québec. (2025). *Admissibilité à l'Allocation familiale*. https://www.rrq.gouv.qc.ca/fr/enfants/naissance/paiement_soutien_enfants/Pages/admissibilite.aspx

Revenu Québec. (s. d.). *Crédit d'impôt pour frais de garde d'enfants*. <https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credit-dimpot-pour-frais-de-garde-denfants/>

Rousseau, C., Bertot, J., Mekki-Berrada, A., Measham, T., & Drapeau, A. (2001). *Étude longitudinale du processus de réunification familiale chez les réfugiés*. Conseil québécois de la recherche sociale.

Salazar, F. (2024). *Une ligne d'urgence pour contrer la traite des personnes*. Immigrant Québec. <https://www.infotetquebec.com/une-ligne-durgence-pour-contrer-la-traite-des-personnes/><https://www.infotetquebec.com/une-ligne-durgence-pour-contrer-la-traite-des-personnes/>

Semaine d'actions contre le racisme et pour l'égalité des chances. (s. d.). *Semaine d'actions contre le racisme et pour l'égalité des chances*. <https://sacr.ca/>

Santé mentale Québec - Chaudière-Appalaches. (2024). *Santé mentale*. <https://santementaleca.com/sante-mentale/>

Shankar, J., Chen, S.-P., Lai, D. W. L., Joseph, S., Narayanan, R., Suleman, Z., Ali, H. M. A., & Kharat, P. (2024). Mental health challenges of recent immigrants in precarious work environments: A qualitative study. *Frontiers in Psychiatry*, 15, Article 1428276. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1428276>

Sinha, M. (2025, 9 juillet). *Atténuer les effets de la discrimination : Le rôle des liens sociaux dans l'atténuation des méfaits associés au racisme et à la discrimination*. *Regards sur la société*

canadienne (no 75-006-X). Statistique Canada. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/75-006-x/2025001/article/00009-fra.htm>

Société canadienne de psychologie. (2021). *Série « La psychologie peut vous aider » : L'épuisement professionnel*.
<https://cpa.ca/fr/psychology-works-fact-sheet-workplace-burnout/>

Société canadienne d'hypothèques et de logement. (2025). *Portail de l'information sur le marché de l'habitation*. <https://www03.cmhc-schl.gc.ca/hmip-pimh/fr#Profile/1/1/Canada>

Société de l'assurance automobile du Québec. (2025). *Obtenir un permis*. Gouvernement du Québec. <https://saaq.gouv.qc.ca/touristes-nouveaux-arrivants/obtention-permis>

Société des établissements de plein air du Québec. (2025). *Parc nationaux*.
https://www.sepaq.com/pq/index.dot?language_id=2

Société d'habitation du Québec. (2025). *Logement subventionné*. Gouvernement du Québec.
<https://www.habitation.gouv.qc.ca/en-vedette/besoin-dun-logement-on-est-la-pour-vous-aider/logement-subventionne>

St-Amand, J. (2015). *Le sentiment d'appartenance à l'école : Un regard conceptuel, psychométrique et théorique* (Thèse de doctorat, Université de Montréal).
<https://papyrus.bib.umontreal.ca/xmlui/handle/1866/14049>

Statistique Canada. (2016). *150 ans d'immigration au Canada*. Gouvernement du Canada.
<https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11-630-x/11-630-x2016006-fra.htm>

Statistique Canada. (2023). *Minorité visible selon le genre et l'âge : Canada, provinces et territoires*. Gouvernement du Canada.
<https://www150.statcan.gc.ca/t1/tbl1/fr/tv.action?pid=9810035101>

Statistique Canada. (2023). *Tableau 13-10-0465-01 Indicateurs de la santé mentale*.
Gouvernement du Canada. <https://doi.org/10.25318/1310046501-fra>

Statistique Canada. (2024). *Tableau 14-10-0082-01 Caractéristiques de la population active selon le statut d'immigrant, moyennes mobiles de trois mois, données non désaisonnalisées*.
Gouvernement du Canada. <https://doi.org/10.25318/1410008201-fra>

Statistique Canada. (2025). *Tableau 98-10-0597-01 Statistiques du revenu d'emploi selon les secteurs d'industries, le plus haut niveau de scolarité, le statut d'immigrant et la période d'immigration, le travail pendant l'année de référence, l'âge et le genre : Canada, provinces et territoires, régions métropolitaines de recensement et agglomérations de recensement y compris les parties*. Gouvernement du Canada.
<https://www150.statcan.gc.ca/t1/tbl1/fr/tv.action?pid=9810059701>

Stick, M., Hou, F., & Kaida, L. (2021). *La solitude autodéclarée chez les immigrants récents, les immigrants de longue date et les personnes nées au Canada*. Statistique Canada.
<https://doi.org/10.25318/36280001202100700001-fra>

St-Pierre, A., Borri-Anadon, C., Hirsch, S., & Charette, J. (2024). Regards croisés sur la collaboration école-parents immigrants : Divergences et résistances. *Revue hybride de l'éducation*, 8(2), 1–22. <https://doi.org/10.1522/rhe.v8i2.1563>

Sturino, F. (2024). Italo-Canadiens. Dans *L'Encyclopédie Canadienne*.
<https://thecanadianencyclopedia.ca/fr/article/italo-canadiens>

Sveen, S., Anthun, K. S., Batt-Rawden, K. B., & Tingvold, L. (2023). Immigrants' Experiences of Volunteering: A Meta-Ethnography. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 52(3), 569–588.
<https://doi.org/10.1177/08997640221114810>

Table de concertation des organismes au service des personnes réfugiées et immigrantes (TCRI). (2014). *Outil d'information et d'animation sur le système scolaire québécois. Module 4. La collaboration famille-école-communauté*. <https://jeunesimmigrants.wordpress.com/wp-content/uploads/2014/02/module-41.pdf>

Table de concertation des organismes au service des personnes réfugiées et immigrantes (TCRI). (2014). *Outil d'information et d'animation du système scolaire québécois – Module 3 : L'inscription des nouveaux arrivants à l'école et autres renseignements utiles à connaître*.
<https://jeunesimmigrants.files.wordpress.com/2014/02/module-31.pdf>

Table ronde provinciale sur l'emploi (PERT). (2023). *Apprendre le français à l'âge adulte : examen des pratiques exemplaires actuelles en francisation des adultes au Québec*.
https://pertquebec.ca/wp-content/uploads/2023/06/Learning-French-As-an-Adult_FR_Final.pdf

Tel-jeunes. (2026). *Besoin de parler?* <https://www.teljeunes.com/>

The Refugee Centre. (2025). *Soutien à la santé mentale et au bien-être*.
<https://www.therefugeecentre.org/wellness-support>

TOUGO. (2024). *Favoriser mon sommeil chaque jour*. <https://montougo.ca/wp-content/uploads/2024/07/TOUGO-Objectif-Equilibre-2024.pdf>

Tribunal administratif du logement. (2025). *Bail et protection des renseignements personnels*. Gouvernement du Québec. <https://www.tal.gouv.qc.ca/fr/signature-d-un-bail/bail-et-protection-des-renseignements-personnels>

Université du Québec à Trois-Rivières. (s. d.). *Comparatif des systèmes scolaires France/Québec*.
https://oraprdnt.uqtr.quebec.ca/portail/docs/GSC932/O0003735190_AFF_MU_11X17_V1_20211013_JBR.pdf

Université du Québec en Outaouais. (2025). *Choc culturel*.

<https://uqo.ca/international/choc-culturel>

Université du Québec en Outaouais. (2025). *La détresse psychologique*.

<https://uqo.ca/santementale/la-detresse-psychologique>

Université Laval. (2026). *Comprendre le système universitaire québécois*.

<https://www.ulaval.ca/futurs-etudiants/planifiez-vos-etudes/systeme-universitaire-quebecois>

Van Orden, K. A., Bower, E., Lutz, J., Silva, C., Gallegos, A. M., Podgorski, C. A., Santos, E. J., & Conwell, Y. (2021). Strategies to Promote Social Connections Among Older Adults During "Social Distancing" Restrictions. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 29 (8), 816-827.

<https://doi.org/10.1016/j.jagp.2020.05.004>

Vatz Laaroussi, M., Kanouté, F., & Rachédi, L. (2008). Les divers modèles de collaborations familles immigrantes-écoles : de l'implication assignée au partenariat. *Revue des sciences de l'éducation*, 34(2), 291-311. <https://doi.org/10.7202/019682ar>

Vega, R. V. (2017). Les Latino-Américains à Montréal. Dans *Encyclopédie du MEM*.

<https://ville.montreal.qc.ca/memoiresdesmontrealais/les-latino-americaains-montreal>

Ville de Québec. (2025). *Vivre ensemble. Les migro-agressions*.

<https://www.ville.quebec.qc.ca/citoyens/vivre-ensemble/aide-memoire/micro-agressions.aspx>

Viruell-Fuentes, E. A., & Schulz, A. J. (2009). Toward a Dynamic Conceptualization of Social Ties and Context : Implications for Understanding Immigrant and Latino Health. *American Journal of Public Health*, 99(12), 2167-2175. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2008.158956>

Yu, M. (2021). Does Participating in Religious Activities Have a Long-Term Effect on the Emotional/Mental Health of Immigrants in Canada? *Canadian Studies in Population*, 48(1), 1-28. <https://doi.org/10.1007/s42650-021-00043-1>