



BIEN S'ÉTABLIR EN COLOMBIE- BRITANNIQUE APRÈS 50 ANS

S'installer après 50 ans est un beau projet, mais cela peut soulever des questions sur la santé, les finances, le logement ou la création de liens sociaux.

Ce guide regroupe les premières ressources francophones pour vous accompagner dès votre arrivée en Colombie-Britannique.



CARREFOUR 50+
COLOMBIE-BRITANNIQUE

www.carrefour50cb.ca

Bienvenue dans votre nouvelle vie en Colombie-Britannique !

S'ÉTABLIR ET S'ÉPANOUIR

Que peuvent vous offrir les organismes francophones ?

- **Aide administrative** (NAS, MSP, banque, formulaires, etc.).
- **Orientation dans les services publics** (santé, logement, transport, etc...).
- **Ateliers d'anglais et activités sociales** pour pratiquer la langue.
- **Accès à des services dédiés aux 50 ans et plus** (information, soutien, activités).
- **Prévention de l'isolement** (groupes, rencontres, événements, bénévolat).

ORGANISMES FRANCOPHONES POUVANT VOUS AIDER :

- **La coopérative du Relais francophone** : Services d'aide à l'installation, à l'intégration pour les immigrants francophones partout en C.-B.
- **Collège Educacentre** : Programme d'établissement francophone, ateliers d'information, cours de langue et soutien personnalisé (principalement à Surrey et dans le Grand Vancouver, avec des services en ligne).
- **RésoSanté C.-B.** : Informations sur la santé en français et aide à la navigation dans le système de santé.
- **Réseau-Femmes C.-B.** : Soutien, ateliers et groupes pour les femmes francophones
- **La Boussole** : Centre communautaire francophone offrant du soutien social, du *case management*, de l'accompagnement dans les démarches et de la prévention de l'isolement.
- **Centre culturel francophone de Vancouver** : Activités culturelles, sociales, cours, informations pour les nouveaux arrivants.
- **Société francophone de Maillardville** : Activités communautaires, information, accueil et orientation des nouveaux francophones.
- **Société francophone de Victoria** : Activités communautaires, culturelles, éducatives et sociales, information et orientation.
- **Centre culturel francophone de l'Okanagan** : Programme d'établissement pour les nouveaux arrivants francophones (accompagnement dans les démarches essentielles, orientation et intégration).



Pour aller plus loin :

Annuaire des organismes francophones de la C.-B. :
www.annuairefrcb.ca

BIEN S'ÉTABLIR EN COLOMBIE- BRITANNIQUE APRÈS 50 ANS



SE SENTIR EN SÉCURITÉ FINANCIÈRE

- **Régime de pensions du Canada (RPC)** : Pension versée aux travailleurs admissibles après une période de cotisation.
- **Supplément de revenu garanti (SRG) / Pension de vieillesse (PV)** : Prestations pour les aînés, en fonction des années de résidence au Canada et du niveau de revenu.
- **Taxe de vente, impôts, crédits d'impôts** : Il est important de comprendre ces éléments pour évaluer votre coût de vie, vos obligations fiscales et vos possibilités de remboursement ou d'aide.
- **Transport à tarif réduit** : Plusieurs municipalités offrent des tarifs réduits pour les 50 ans et plus ou retraités (à vérifier localement).

Les conseiller·ère·s communautaires francophones ou bilingues jouent un rôle clé pour :

- Vous expliquer simplement ces systèmes en français.
- Vérifier que vous avez effectué toutes les démarches nécessaires.
- Adapter votre budget à la vie en C.-B. (logement plus cher, transport, impôts, soins de santé, etc.).
- Vous orienter vers des programmes d'aide ou des crédits auxquels vous avez droit.

SE LOGER EN COLOMBIE-BRITANNIQUE

Le logement est l'un des plus grands défis en C.-B. Voici quelques options à explorer :

- Locations privées.
- Coopératives d'habitation.
- Logements pour aînés.
- Résidences intergénérationnelles.

BIEN S'ÉTABLIR EN COLOMBIE- BRITANNIQUE APRÈS 50 ANS

Pourquoi se faire accompagner dans ces démarches ?

- Les coûts de logement en C.-B. sont souvent plus élevés que dans d'autres provinces, ce qui peut poser un défi pour les nouveaux arrivants de 50 ans et plus, surtout avec des revenus modestes.
- Choisir le bon type de logement (privé, coopérative, logement pour aînés) permet de mieux s'adapter à votre budget et à votre style de vie.
- Les contrats de location peuvent comporter des termes spécifiques (durée, dépôt de garantie, frais, responsabilités) : un accompagnement francophone peut vous éviter des erreurs ou des pièges (arnaques, contraintes cachées).
- Une résidence intergénérationnelle ou un logement communautaire peut offrir un environnement social favorable, ce qui est bénéfique pour le bien-être et la connexion sociale.

ACCÉDER AU SYSTÈME DE SANTÉ

En Colombie-Britannique, l'accès aux soins se fait notamment via le Medical Services Plan (MSP). Voici les 3 étapes principales :

1. **Demander votre numéro MSP** : En tant que nouveau résident, vous devez vous inscrire au MSP. La couverture débute après un délai (généralement un mois après votre arrivée, plus deux mois d'attente dans certains cas).
2. **Trouver un médecin de famille** : Une fois inscrit, vous devez vous inscrire sur un registre de médecins de famille (liste d'attente possible). En attendant, vous pouvez consulter des cliniques communautaires ou des infirmières praticiennes.
3. **Accéder aux cliniques communautaires et aux services francophones** : Utilisez les services en français, trouvez un professionnel francophone ou accédez à des centres dédiés à la communauté francophone.



Pour aller plus loin :

Ressources francophones en santé (Groupes de soutien et services de bien-être mental) :

- RésoSanté : www.resosante.ca





BIEN S'ÉTABLIR EN COLOMBIE- BRITANNIQUE APRÈS 50 ANS

Découvrez
d'autres enjeux
qui touchent les
50+ sur le site du
Carrefour 50+.



CARREFOUR 50+
COLOMBIE-BRITANNIQUE

www.carrefour50cb.ca

RESTER ACTIF ET CONNECTÉ

Après 50 ans, le réseau social est essentiel au bien-être. L'arrivée dans un nouveau pays peut parfois entraîner solitude, perte de repères ou choc culturel et c'est totalement normal.

Participer à la vie communautaire aide à :

- Rencontrer des gens qui partagent votre langue et vos centres d'intérêt.
- Retrouver un sentiment d'utilité et d'appartenance.
- Découvrir sa région et ses ressources locales.
- Maintenir une bonne santé physique et mentale.

Le bénévolat : une façon simple de tisser des liens

De nombreux organismes francophones recrutent des bénévoles de 50 ans et plus. C'est une manière efficace de développer son réseau, transmettre ses compétences et participer à la vitalité de la francophonie.

Reprendre une activité : Qui peut vous accompagner ?

Pour l'emploi

- **WorkBC** : Soutien au retour à l'emploi, coaching, aide à la rédaction de CV et transition de carrière.
- **SDECB** : Coaching pour la rédaction de CV, *job dating* et accompagnement entrepreneurial francophone pour ceux qui souhaitent lancer un projet ou monétiser leur expertise.

Pour la formation

- **Collège Educacentre** : Formations adaptées aux adultes, reconnaissance des acquis, accompagnement bilingue.

PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ MENTALE

Immigré à 50 ans ou plus, c'est repartir de zéro. Des émotions comme l'anxiété, la confusion ou la nostalgie... c'est normal !

Parlez de ce que vous vivez, rejoignez des groupes de soutien, restez en contact avec vos proches.

Consultez si vous vous sentez :

- submergé-e par la tristesse.
- isolé-e, sans envie de sortir.
- stressé-e au quotidien .
- ou en perte d'intérêt pour vos activités habituelles.

*Ce document a été conçu par **Sabrina Placier**, coordinatrice de liaison à la **Fédération des Francophones de la Colombie-Britannique**.*