

# La trousse d'outils sur la étudiants-es internationaux-ales :

---



CENTRE D'INNOVATION EN  
**SANTÉ MENTALE SUR LES CAMPUS**



Association canadienne  
pour la santé mentale  
Ontario

# Table des matières

---

- [ 3 ]** Cadre relatif aux déterminants sociaux de la santé
- [ 4 ]** Introduction
- [ 6 ]** Santé mentale des étudiants-es internationaux-ales
- [ 7 ]** Recrutement et pré-arrivée
- [ 9 ]** Vulnérabilité financière
- [ 12 ]** Insécurité du logement
- [ 15 ]** Soins de santé
- [ 16 ]** Insécurité alimentaire
- [ 19 ]** Sexualité
- [ 22 ]** Lien social
- [ 25 ]** Stress académique
- [ 27 ]** Carrière et emploi
- [ 29 ]** Le point de vue francophone
- [ 32 ]** Soutenir les étudiants-es arrivant de zones de conflit
- [ 34 ]** Résumé des recommandations
- [ 38 ]** Ressources
- [ 39 ]** Annexe
- [ 44 ]** Références



# Cadre relatif aux déterminants sociaux de la santé

Cette trousse d'outils utilise le cadre relatif aux déterminants sociaux de la santé pour examiner différentes facettes de l'expérience des étudiants-es internationaux-ales afin de mieux comprendre leurs vulnérabilités et leurs besoins uniques en matière de santé mentale. Ce cadre fait référence aux aspects non médicaux de la vie d'une personne qui influencent ses résultats en matière de santé. Comme le souligne la [trousse d'outils sur la pratique anti-oppressive](#), il s'agit des conditions dans lesquelles les gens naissent, grandissent, travaillent, vivent et vieillissent, ainsi que de l'ensemble plus large de forces et de systèmes qui façonnent les conditions de la vie quotidienne. Cette approche reflète la position de l'Organisation mondiale de la santé selon laquelle la santé mentale et l'apparition de nombreux troubles mentaux sont déterminées par les facteurs en amont qui construisent nos environnements et nos conditions matérielles.



# Introduction

---

Le Canada jouit d'une solide réputation en tant que destination souhaitable et accueillante pour les étudiants-es internationaux-ales. Au cours des dernières années, le recrutement d'étudiants-es internationaux-ales dans les établissements d'enseignement postsecondaire de l'Ontario a considérablement augmenté. Ces établissements ont constamment démontré que les étudiants-es internationaux-ales sont essentiels-les à la viabilité et à la réussite à long terme des secteurs universitaire et collégial de l'Ontario. Selon Statistique Canada (2023b), pour l'année universitaire 2021/22, les étudiants-es internationaux-ales représentaient 23 % de l'ensemble des inscriptions dans les établissements d'enseignement postsecondaire de l'Ontario. Cependant, le gouvernement canadien a récemment imposé un plafond sur les demandes d'étudiants-es internationaux-ales au cours des 2 prochaines années, visant à traiter environ 360 000 nouveaux visas étudiants pour 2024, soit une réduction de 35 % par rapport à 2023 (Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada [IRCC], 2024a). Les changements à venir devraient infléchir les tendances à la hausse observées ces dernières années. Le gouvernement a mis en place ces nouvelles mesures pour garantir que les étudiants-es internationaux-ales reçoivent un soutien adéquat à leur arrivée au Canada et pour empêcher les établissements d'augmenter leur nombre d'étudiants-es internationaux-ales dans le seul but de générer des revenus. Bien que le Canada soit souvent considéré comme une destination accueillante pour les étudiants-es internationaux-ales, la réalité actuelle s'écarte de plus en plus de cette image. L'impact de ce plafond sur les établissements suscite des inquiétudes, notamment en ce qui concerne leur forte dépendance à l'égard des frais d'inscription des étudiants-es internationaux-ales pour maintenir des services adéquats sur les campus (Haukaas, 2024). Certains établissements pourraient devoir réduire le financement de leurs centres de santé mentale et de bien-être, ce qui aurait des conséquences négatives pour les étudiants-es internationaux-ales en entraînant des temps d'attente plus longs, une réduction des services de soutien et un accès moindre aux ressources essentielles. En outre, l'appréhension grandit quant à la manière dont ces nouvelles restrictions pourraient affecter la perception du Canada par les étudiants-es internationaux-ales, ce qui pourrait rendre le pays moins accueillant. Actuellement, selon l'analyse par ApplyInsights (2024) des données publiées par IRCC, 8 des 10 groupes démographiques d'étudiants-es à la croissance la plus rapide au Canada sont originaires de pays africains. Une autre préoccupation liée à ce plafond est que les établissements pourraient hésiter à admettre des candidats-es africains-es en raison de leur taux d'approbation historiquement plus faible que dans d'autres régions du monde (Zahid, 2022). Les établissements d'enseignement postsecondaire doivent s'adapter de manière proactive pour accueillir efficacement les nouveaux-elles étudiants-es internationaux-ales pendant cette période de transition, d'autant plus que ces étudiants-es sont souvent confrontés-es à la discrimination et au racisme. Les contributions uniques et les expériences vécues des étudiants-es internationaux-ales font également partie intégrante de la promotion des principes d'équité, de diversité et d'inclusion au sein de l'enseignement postsecondaire.



Les étudiants-es internationaux-ales apportent une contribution financière importante au système d'enseignement postsecondaire du Canada, mais ils et elles peuvent aussi être confrontés-es à des difficultés financières considérables lorsqu'ils et elles fréquentent des établissements canadiens. Selon une analyse réalisée par Roslyn Kunin and Associates (RKA) (2023) pour le compte d'Affaires mondiales Canada, en 2022, les étudiants-es internationaux-ales ont contribué pour plus de 37,3 milliards de dollars à l'économie canadienne, plus de la moitié de ce montant étant consacré aux frais de scolarité et autres frais dans les établissements d'enseignement postsecondaire. Ceci est particulièrement vrai pour les écoles satellites privées qui s'associent aux collèges publics de l'Ontario. La vérificatrice générale Bonnie Lysyk a constaté que la marge bénéficiaire nette de ces écoles se situait entre 18 et 53 % en 2020.

Provenant de plus de 180 pays, les étudiants-es internationaux-ales qui viennent au Canada sont ethniquement et culturellement diversifiés-es, contribuant ainsi de manière positive au multiculturalisme du Canada. Ils et elles sont également essentiels-les pour soutenir la croissance démographique et combler le déficit croissant d'une main-d'œuvre vieillissante. Alors que le Canada continue de connaître des pénuries d'emploi, les étudiants-es internationaux-ales constituent un vivier important pour les organisations à la recherche de main d'œuvre. Outre leur contribution économique, les étudiants-es internationaux-ales apportent une diversité culturelle et de nouvelles perspectives dans les salles de classe canadiennes, enrichissant ainsi l'expérience d'apprentissage de tout le corps étudiant.

La santé mentale et le bien-être des étudiants-es internationaux-ales sont des sujets importants que les établissements d'enseignement postsecondaire doivent prendre en compte. L'éloignement de leur communauté d'origine, les différences culturelles dans la compréhension du bien-être, et la trajectoire développementale, liée à l'âge, des problèmes de santé mentale font des étudiants-es internationaux-ales une population importante dont les établissements doivent tenir compte lors de l'élaboration de services et de programmes de soutien en matière de santé mentale et de bien-être. En analysant ces aspects essentiels de la vie quotidienne, cette trousse d'outils vise à disséquer les questions clés et à fournir une compréhension complète de la façon dont la vulnérabilité unique des étudiants-es internationaux-ales se croise avec la vie quotidienne pour modeler les résultats en matière de santé mentale. Bien que la question du soutien en matière de santé mentale et de bien-être des étudiants-es internationaux-ales soit un sujet complexe, cette trousse d'outils vise à fournir un aperçu de la question, ainsi que des stratégies pratiques à mettre en œuvre par les établissements d'enseignement postsecondaire pour améliorer leur bien-être. Le monde évoluant rapidement, nous reconnaissons qu'il s'agit d'un document évolutif qui sera modifié au fur et à mesure que de nouvelles sources d'information seront disponibles.

# Santé mentale des étudiants-es internationaux-ales

---

Les difficultés d'adaptation et d'acculturation ont été bien documentées, mais on n'a pas accordé la même attention aux problèmes de santé mentale rencontrés par les étudiants-es internationaux-ales. Des recherches récentes ont montré que ces derniers-ières font souvent état de niveaux plus élevés de solitude, d'anxiété et de stress que leurs homologues canadiens. Ces sentiments de détresse mentale peuvent être exacerbés par les complications associées aux nombreux obstacles que les étudiants-es internationaux-ales doivent surmonter au Canada, comme la gestion des besoins de base, tout en se forgeant une nouvelle vie sans les soutiens familiaux. Les études démontrent régulièrement que de nombreux-ses étudiants-es internationaux-ales font l'expérience d'un conflit entre leurs propres valeurs et celles de leur pays d'adoption, ce qui exacerbe le sentiment de différence. Les chercheurs avancent la théorie que les étudiants-es internationaux-ales ne sont peut-être pas bien équipés-es pour relever les défis qui peuvent se présenter au cours de leur carrière postsecondaire, comme prendre soin d'eux-mêmes et d'elles-mêmes, équilibrer des priorités concurrentes et s'adapter à de nouvelles normes sociales. Les étudiants-es internationaux-ales sont plus susceptibles de déclarer qu'ils et elles hésitent à chercher du soutien, qu'ils et elles sont en mauvaise santé physique, qu'ils et elles ont moins de soutien social, moins d'engagement religieux et de spiritualité, et qu'ils et elles ont des attitudes négatives, autant de facteurs qui ont été liés à des niveaux plus élevés de détresse psychologique. Ces problèmes démontrent le besoin crucial de mettre en place des soutiens clés à la fois sur le campus et à l'extérieur. Les étudiants-es internationaux-ales sont confrontés-es à des problèmes uniques et supplémentaires en matière d'immigration, d'emploi et de finances.

De nombreux campus disposent d'un bureau qui se consacre spécifiquement à l'aide aux étudiants-es internationaux-ales, notamment pour l'obtention d'un permis de travail post-universitaire, la demande de résidence permanente, l'examen et la résolution des problèmes liés au permis d'études, et l'aide à l'immigration pour les membres de la famille immédiate (tels que le ou la conjoint-e et/ou les enfants qui sont restés-es dans leur communauté d'origine). Les services d'aide aux étudiants-es internationaux-ales peuvent aussi souvent contribuer aux demandes de bourses d'urgence et accueillir des programmes de soutien par les pairs qui mettent en relation des étudiants-es de dernière année avec des étudiants-es plus jeunes qui ont besoin d'aide pour s'orienter dans la vie sur le campus. Ces programmes peuvent varier en fonction de l'établissement et de la taille de la population étudiante internationale.

## PLEINS FEUX SUR

Le **St. Lawrence College** a récemment apporté des changements à son département des étudiants-es internationaux-ales grâce à sa philosophie [« One College One Student »](#) (« un collège, un étudiant »), un exemple fantastique de l'approche globale du campus en action. L'un des résultats de cette approche a été la fusion de deux départements distincts (Éducation internationale et Affaires étudiantes) en un nouveau département, celui de la Réussite du corps étudiant. L'engagement global, et la compréhension et le soutien interculturels sont intégrés dans le travail de la nouvelle division de la Réussite du corps étudiant.

# Recrutement et pré-arrivée

---

Un problème important affectant les étudiants-es internationaux-ales au Canada est l'existence de recruteurs de collèges internationaux indépendants qui touchent des commissions en inscrivant des étudiants-es dans divers établissements d'enseignement postsecondaire canadiens. Selon les dossiers publics, les collèges publics de l'Ontario ont versé plus de 114 millions de dollars de commissions aux recruteurs en 2020-21, d'après le rapport du vérificateur général de 2021, un total qui exclut le montant payé par les collèges privés. Une enquête de CBC a révélé que certains recruteurs indépendants sont incités à pousser les étudiants-es internationaux-ales à s'inscrire dans des collèges privés, où leurs commissions sont souvent plus élevées. Cependant, ces établissements privés peuvent être mal préparés pour répondre aux besoins du grand nombre d'étudiants-es internationaux-ales qui y sont recrutés-es. Parmi les affirmations trompeuses faites par les recruteurs externes lorsqu'ils recrutent des étudiants-es internationaux-ales, citons la facilité de financement de leurs études, leur capacité à obtenir un permis de séjour permanent à l'issue de leurs études, ainsi que la rapidité avec laquelle les étudiants-es internationaux-ales peuvent trouver un emploi permanent dans le domaine qu'ils et elles ont choisi.

Les établissements d'enseignement supérieur ont dû réagir à ces problèmes, notamment en développant leurs propres services de recrutement internes et en réduisant le nombre d'agents-es de recrutement externes avec lesquels ils travaillent, afin de s'assurer qu'ils et elles sont correctement formés-es et diplômés-es. De nombreux établissements postsecondaires ont également pris l'initiative d'établir des liens avec les étudiants-es et leurs familles avant leur arrivée au Canada. Il est impératif que les établissements d'enseignement postsecondaire mettent en place des programmes d'orientation avant l'arrivée afin que les étudiants-es internationaux-ales et leurs familles soient bien informés-es de ce à quoi ils et elles peuvent s'attendre pendant leur séjour au Canada. En fournissant toutes ces informations dès le départ et en mettant les étudiants-es en contact avec des ressources essentielles, les établissements d'enseignement postsecondaire peuvent favoriser la réussite des étudiants-es dès leur admission et avoir une meilleure compréhension de la cohorte et des besoins qu'elle peut avoir.

## PLEINS FEUX SUR

- Le **Fleming College** propose des séances virtuelles et en personne intitulées « [Connect and Get Ready](#) » au cours desquelles les étudiants-es peuvent entrer en contact avec des pairs du même programme, rencontrer le personnel des services aux étudiants-es internationaux-ales et assister à des séances thématiques visant à les préparer à venir au Canada et à se préparer à leurs études. Des exemples de séances comprennent des sujets sur le logement, l'immigration, le counseling et l'assurance maladie, entre autres. Le bureau de l'éducation internationale crée également des séances d'information à la demande qui peuvent être visionnées sur sa [chaîne YouTube](#).

- Le **Fleming College** a également proposé un programme pilote « [Global Friends Café pilot](#) » en 2022, qui s'est déroulé un mois avant l'arrivée des étudiants-es au Canada. Ce programme a mis en relation des étudiants-es actuels-les du Fleming College avec de futurs étudiants-es du Fleming College à l'étranger afin de créer un lien fondé sur des intérêts communs et une curiosité culturelle. Le programme a favorisé l'acceptation de la diversité, une meilleure intégration des étudiants-es internationaux-es et des possibilités de liens et d'amitiés véritables.
- **L'University of Waterloo** a développé une [ressource en ligne](#) qui fournit des informations préparatoires aux étudiants-es avant leur arrivée. Ce guide comprend des informations sur la préparation du voyage, l'inscription à l'orientation, les programmes et les services, les conseils en matière d'immigration, la déclaration d'impôts au Canada, les transports, la technologie, la demande d'un numéro d'assurance sociale, et bien plus encore.
- Le **Sheridan College** a récemment commencé à envoyer des cadres supérieurs dans des pays qui envoient un grand nombre d'étudiants-es. Souvent, ils sont rejoints par des étudiants-es de dernière année de ce pays qui fréquentent l'établissement. L'établissement de ces liens personnels peut permettre aux familles d'en apprendre davantage sur la communauté du campus et aux dirigeants-es de dissiper certaines fausses idées que les étudiants-es et leurs familles peuvent avoir au sujet de leur parcours éducatif au Canada. Une liste complète des sujets couverts lors de ces séances est disponible [ici](#).
- Le **Lambton College** a mis en place des [modules virtuels](#) obligatoires qui informent les étudiants-es internationaux-ales sur tous les documents qu'ils et elles devront avoir en leur possession avant leur arrivée dans le pays. Un certificat est délivré aux étudiants-es qui ont suivi les 3 modules. Le cours d'orientation est unique et disponible sur les 4 campus : Sarnia, Ottawa, Mississauga et Toronto. Les sujets sont très variés et comprennent le processus de visa d'étudiant, la navigation dans les services frontaliers, comment réussir ces études, comment construire un réseau social et comment naviguer sur le marché du travail après l'obtention du diplôme.
- En mars 2023, **Collèges Ontario** a publié les [Normes de pratique en matière d'éducation internationale](#) des collèges publics de l'Ontario, qui établissent un ensemble commun de normes minimales pour les activités des étudiants-es internationaux-ales.
- L'**Université de Windsor**, avec le St. Clair College, l'Association canadienne pour la santé mentale (Windsor-Essex) et Point Blank Creative, a développé des vidéos d'information pour les nouveaux-elles étudiants-es internationaux-ales sur ce à quoi ils et elles doivent s'attendre avant leur arrivée au Canada et sur les conseils pratiques pour réussir. Les vidéos ont été diffusées dans le cadre d'un programme de mentorat par les pairs, et abordent des sujets tels que la recherche d'un logement, la navigation dans le système de santé canadien, les relations amicales, la recherche d'un emploi et la prise en charge de soi. Pour visionner les vidéos, cliquez [ici](#).

# Vulnérabilité financière

---

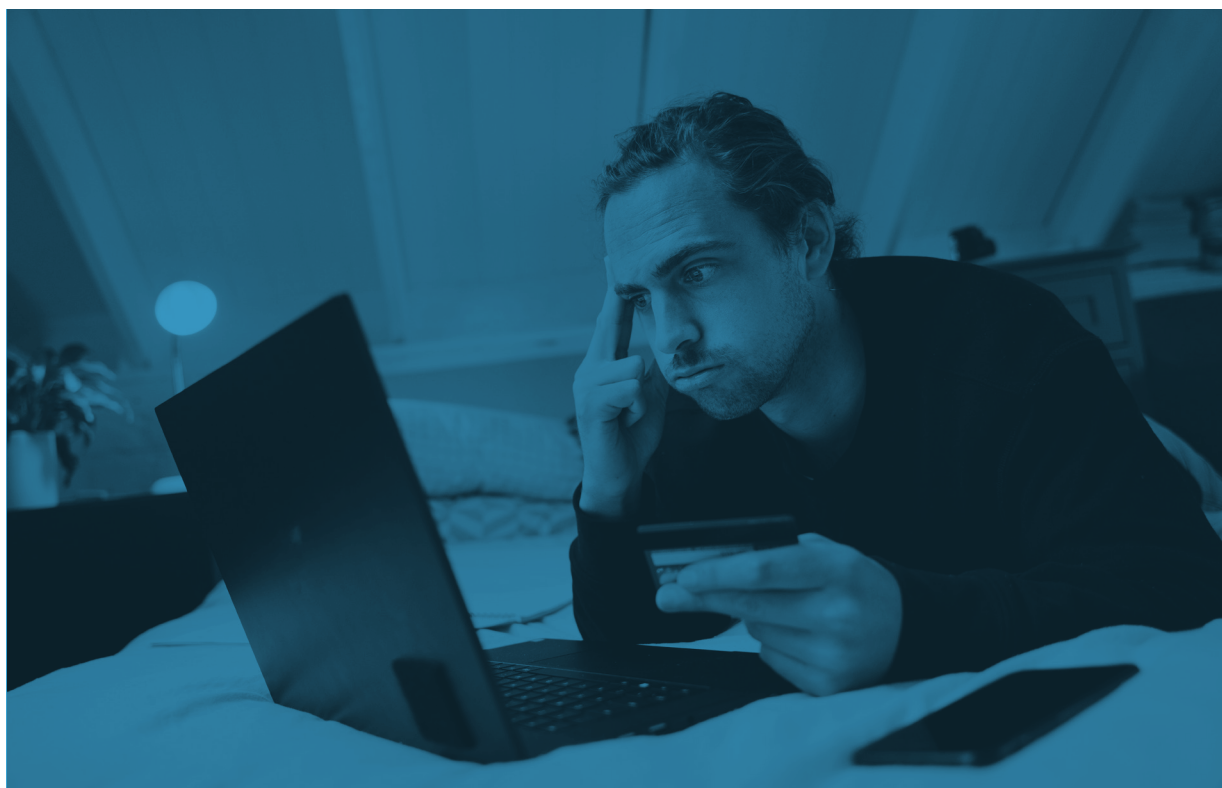
Les statistiques officielles indiquent que pour l'année académique 2023-2024, les étudiants-es internationaux-ales de premier cycle ont payé 538 % de plus que les étudiants-es canadiens-nes de premier cycle, tandis que les étudiants-es internationaux-ales de deuxième cycle ont payé 291 % de plus en frais de scolarité que leurs homologues canadiens (Statistique Canada, 2023a). Cet écart important dans les frais de scolarité exacerbe la crise du coût de la vie que de nombreux Canadiens-nes, y compris les étudiants-es internationaux-ales, connaissent dans l'économie actuelle. Statistique Canada estime que le coût de la vie a augmenté de 3,9 % en 2023, après une hausse de 6,8 % en 2022, la plus importante depuis 40 ans (Le Quotidien, 2024). Des études ont également montré que les étudiants-es internationaux-ales ont souvent un niveau d'endettement élevé, mais qu'ils et elles doivent également répondre aux attentes de leur famille et de leur communauté d'origine. Depuis le 1er janvier 2024, les exigences financières pour les demandeurs de permis d'études au Canada ont été ajustées. Afin de s'assurer que les nouveaux-elles étudiants-es internationaux-ales disposent de fonds suffisants pour vivre dans le pays, ils devront désormais démontrer des ressources financières totalisant 20 635 \$, en plus de leurs frais de scolarité de première année et de leurs frais de voyage (IRCC, 2023b). Cette augmentation reflète la hausse du coût de la vie au Canada, qui a considérablement augmenté depuis l'exigence initiale de 10 000 \$ fixée au début des années 2000. Par conséquent, les autorités fédérales et les établissements d'enseignement postsecondaire reconnaissent que le montant précédent ne suffit plus à répondre aux besoins financiers de nombreux-ses étudiants-es.

La disponibilité limitée des services financés par le gouvernement, tels que l'Assurance-santé de l'Ontario, accessible exclusivement aux citoyens-nes canadiens-nes, aux résidents-es permanents-es ou aux personnes protégées (réfugiés) (Ontario Council of Agencies Serving Immigrants [OCASI], 2022), entraîne des contraintes financières supplémentaires pour les étudiants-es internationaux-ales. Le stress financier a été associé à des effets négatifs importants sur la santé mentale. Les étudiants-es disposant de moins de ressources financières sont susceptibles de voir leurs résultats scolaires diminuer, leur santé physique se dégrader et leurs niveaux d'anxiété et de dépression augmenter. Ils et elles peuvent être contraints-es d'abandonner leurs études en raison de ces problèmes financiers et sont également susceptibles d'avoir du mal à développer des mécanismes d'adaptation sains, ce qui peut affecter leur qualité de vie en général.

En octobre 2022, un changement de politique fédérale a permis aux étudiants-es internationaux-ales de travailler plus de 20 heures en dehors du campus, et a été prolongé jusqu'au 30 avril 2024. Cette prolongation est maintenant terminée. À partir de septembre 2024, le gouvernement du Canada a l'intention d'augmenter la limite de travail à 24 heures par semaine hors campus (IRCC, 2024b). La politique temporaire permettant aux étudiants-es de travailler un nombre illimité d'heures visait à atténuer les pénuries de main-d'œuvre causées par la pandémie de COVID-19 tout en aidant les étudiants-es admissibles à faire face à l'augmentation du coût de la vie. L'introduction de nouvelles règles concernant les heures de travail hors campus pour les étudiants-es internationaux-ales constitue une nouvelle politique dont l'impact reste à voir dans la manière dont elle abordera les questions structurelles qui placent les étudiants-es dans une position de vulnérabilité et de pression financières accrues. Cet ajustement répond à la crise nationale de l'accessibilité financière et représente une opportunité pour les étudiants-es

internationaux-ales, leur permettant de gérer des frais de scolarité élevés, d'accumuler des économies et de soutenir leur famille restée au pays. Toutefois, la nouvelle politique risque d'accroître le niveau de stress des étudiants-es qui doivent concilier leurs engagements universitaires et leurs engagements professionnels. En outre, les employeurs préfèrent souvent embaucher des travailleurs-ses canadiens-nes en raison des complexités perçues, des barrières linguistiques, des différences culturelles, de la discrimination potentielle et du fardeau administratif lié aux exigences du permis de travail, ce qui rend plus difficile pour les étudiants-es internationaux-ales de trouver et de conserver un emploi (Choi et al., 2021b).

La recherche qualitative a démontré que les étudiants-es internationaux-ales manquent souvent d'une compréhension approfondie des finances personnelles et du système financier canadien. Cette situation est d'autant plus préoccupante que ces étudiants-es entreprennent des études coûteuses et peuvent avoir contracté des prêts importants qui auront des répercussions à long terme sur leur situation financière et leur bien-être général. Les recherches montrent régulièrement que les étudiants-es internationaux-ales sont très mal informés-es sur le système bancaire canadien et qu'ils et elles ont souvent du mal à prendre des décisions financières judicieuses pour financer leurs études. Les données montrent que les familles sous-estiment souvent le coût total de l'enseignement postsecondaire canadien pour leurs étudiants-es. Les établissements d'enseignement postsecondaire disposent souvent d'un personnel spécialisé pour aider les étudiants-es internationaux-ales dans leur transition, mais ce personnel n'est souvent pas équipé pour fournir une éducation en matière de finances personnelles aux étudiants-es, qui naviguent souvent seuls-es sur ces questions pour la première fois de leur vie. Bien que de nombreux établissements aient mis à la disposition des étudiants-es des informations sur les prêts d'urgence ou les bourses, les étudiants-es internationaux-ales ont souvent besoin d'un soutien plus important, étant donné que leurs coûts sont nettement plus élevés.



Les normes financières diffèrent également d'un pays à l'autre et les étudiants-es internationaux-ales peuvent ne pas connaître les normes canadiennes courantes. Par exemple, il est courant d'utiliser des cartes de crédit pour les achats quotidiens au Canada, y compris pour les transactions en ligne, alors que de nombreuses autres pays utilisent de l'argent liquide. De nombreux étudiants-es ont également dû faire face à l'affaiblissement de leur monnaie nationale, ce qui a augmenté leur risque de connaître des difficultés financières. Ces facteurs uniques signifient que les étudiants-es internationaux-ales ont souvent besoin d'un soutien accru par rapport à leurs homologues nationaux. Ces aides sont non seulement essentielles pour la réussite à long terme des étudiants-es, mais aussi pour s'assurer qu'ils et elles ont suffisamment de connaissances financières pour ne pas être la proie d'escroqueries. La recherche montre que les étudiants-es gagneraient à ce que des conversations financières soient intégrées à leur expérience d'orientation. En outre, il est essentiel d'avoir des occasions continues d'éduquer les étudiants-es sur les bases des services bancaires canadiens et de s'assurer qu'ils et elles ont un accès rapide à des ressources importantes, telles que les bourses d'urgence et des professionnels-les de la finance.

## **PLEINS FEUX SUR**

- La [ressource en ligne](#) développée par l'**University of Waterloo** fournit également des informations financières générales aux étudiants-es avant leur arrivée. Cette ressource présente des informations simples mais essentielles, telles que la somme d'argent dont l'étudiant-e international-e moyen aura besoin au cours de ses premiers mois au Canada, la manière d'ouvrir un compte bancaire canadien et la façon de payer les frais de scolarité pour éviter les retards et les pénalités de retard. En fournissant ces informations aux étudiants-es pour qu'ils et elles acquièrent quelques notions bancaires et financières de base, l'université contribue à réduire l'anxiété financière, tout en s'assurant que les étudiants-es comprennent les normes bancaires canadiennes courantes.
- **York University** a mis au point une série de [webinaires](#) avant l'arrivée des étudiants-es afin de leur fournir les informations dont ils et elles ont besoin pour prendre des décisions éclairées lorsqu'ils et elles planifient leurs finances. Il s'agit notamment du coût général de la vie au Canada, des sources d'aide disponibles et des ressources pour l'établissement d'un budget et la planification financière.
- L'**Université McMaster** organise une série de [webinaires](#) préalables à l'arrivée des étudiants-es internationaux-ales de premier cycle et de troisième cycle, centrés sur les processus d'ouverture d'un compte bancaire, l'obtention d'une carte de crédit et l'acquisition d'une connaissance de la gestion efficace de l'argent au Canada.
- **RBC** propose également des [ressources éducatives](#) qui donnent un aperçu des principes de base des services bancaires canadiens. Ces ressources donnent également un aperçu de certains problèmes courants auxquels sont confrontés-es les étudiants-es internationaux-ales, notamment la recherche d'un emploi à temps partiel, la gestion de l'argent et la constitution d'un réseau professionnel. Grâce à ces ressources, les étudiants-es internationaux-ales peuvent apprendre des stratégies à long terme sur la façon de gérer et de construire des ressources financières dans le contexte canadien.

## Recommandations

- 1. Améliorer les programmes de littératie financière et le soutien** – Développer des programmes complets de littératie financière spécifiquement adaptés aux étudiants-es internationaux-ales.

*Exemples : les programmes peuvent porter sur des sujets tels que les finances personnelles, l'établissement d'un budget, les systèmes bancaires et la navigation dans le paysage financier canadien. Offrir un soutien et des ressources en continu, y compris l'accès à des professionnels-les de la finance et des bourses d'urgence, afin de s'assurer que les étudiant-es disposent des outils nécessaires pour prendre des décisions financières éclairées et gérer efficacement leur bien-être financier. Assurer des possibilités permanentes d'éducation et de soutien financiers tout au long du parcours universitaire des étudiants-es.*

- 2. Intégrer des conversations financières dans l'orientation et un soutien continu** – Intégrer l'éducation et les conversations financières dans le processus d'orientation des étudiants-es internationaux-ales.

*Exemples : des ressources et des ateliers pendant l'orientation pour éduquer les étudiants-es sur le système bancaire canadien, les cartes de crédit et les normes financières. Des estimations réalistes du coût de la vie en Ontario. Des estimations réalistes du temps nécessaire pour trouver un emploi en Ontario.*

## Insécurité du logement

Le logement est une question complexe, et la pénurie de logements touche actuellement une grande partie de la population ontarienne. Cette question a un impact significatif sur le bien-être, et de nombreux étudiants-es ont déclaré avoir dû choisir entre un lieu sûr et des coûts de logement moins élevés. Les étudiants-es doivent naviguer entre des priorités concurrentes, y compris l'équilibre entre la réussite académique et le travail pour compenser leurs coûts. En outre, alors que les étudiants-es de premier cycle commencent souvent par vivre dans une résidence ou un logement universitaire, les étudiants-es diplômés-es doivent souvent prendre des décisions à long terme en matière de logement sans avoir une connaissance approfondie de leur nouvelle ville. De nombreux propriétaires exigent une enquête de solvabilité et des références locales, ce qui rend l'acquisition d'un logement très difficile pour certains-es étudiants-es internationaux-ales.

Les étudiants-es internationaux-ales peuvent être vulnérables au « couch-surfing » (dormir d'un sofa à l'autre) en raison de la précarité de leur situation en matière de logement. Les nouveaux étudiants-es internationaux-ales traversent des transitions importantes dans leur vie et sont souvent obligés-es de trouver un logement sans leur soutien social habituel. La difficulté à trouver un logement sûr et approprié et l'instabilité qui en découle ont été associées à des taux plus élevés d'anxiété, de stress et de dépression.

Les étudiants-es internationaux-ales risquent également d'être malmenés-es par les propriétaires, car ils et elles connaissent moins bien leurs droits en matière de location. Ces questions démontrent que l'investissement dans des logements de qualité, sûrs et abordables, est une question clé pour soutenir les étudiants-es internationaux-ales à long terme.

L'attention accrue portée à la crise du logement au Canada a conduit certains-es à examiner les politiques d'immigration du pays et le nombre d'étudiants-es internationaux-ales admis-es. En outre, certains-es demandent que soit modifiée la structure actuelle de financement des universités, qui dépend fortement des frais de scolarité élevés des étudiants-es internationaux-ales. Le manque d'harmonisation entre les établissements d'enseignement postsecondaire et les municipalités locales en ce qui concerne le nombre d'inscriptions et la disponibilité des logements a laissé les étudiants-es internationaux-ales dans une position précaire, devenant souvent des cibles commodes du racisme, de la discrimination, de la violence, des escroqueries et plus encore, en raison de leur pouvoir politique limité. Le racisme dont sont victimes les étudiants-es internationaux-ales peut prendre diverses formes, telles que les microagressions, les stéréotypes, l'isolement dû aux différences culturelles ou aux barrières linguistiques, et les suppositions faites par des individus (Quarshie, 2023). La discrimination en matière de logement peut également se manifester par le fait que les propriétaires refusent de louer à des étudiants-es internationaux-ales, imposent des loyers plus élevés ou offrent des conditions de vie inférieures aux normes. En outre, la crise du logement a suscité des réactions xénophobes de la part de certains Canadiens-nes, ce qui rend encore plus complexe la résolution de ces problèmes interdépendants.

Pour mieux comprendre le contexte de la crise du logement en Ontario, veuillez consulter les [diapositives](#) du 2e Sommet virtuel annuel des étudiants-es internationaux-ales du CISMIC.

Pour plus d'informations sur l'insécurité du logement étudiant, veuillez vous référer à ce [webinaire](#) du CISMIC.

## PLEINS FEUX SUR

- Le **Sheridan College** s'est associé à des organisations pour faciliter l'accès des étudiants-es internationaux-ales à des logements sûrs et de qualité.
  - [Partenariat avec le Canada Homestay Network](#) — On parle d'hébergement en famille lorsqu'une personne est accueillie par une famille. Grâce à ce partenariat, le Sheridan College peut s'assurer que les familles d'accueil sont soigneusement sélectionnées, tout en offrant la possibilité d'une immersion culturelle et d'un soutien supplémentaire lorsque les étudiants-es internationaux-ales s'orientent vers leur foyer d'adoption.
  - [Partenariat avec Places4Students.com](#) — Ce partenariat avec un fournisseur établi de logements hors campus permet aux étudiants-es internationaux-ales d'entrer en contact avec un grand nombre de propriétaires dans les régions locales. Les frais d'inscription ont également été considérablement réduits, voire entièrement supprimés, afin d'inciter davantage les propriétaires à y participer et d'augmenter le nombre de logements disponibles.

- o Le **Northern College** a mis en place un rôle de coordinateur des ressources pour les étudiants-es, qui se concentre spécifiquement sur la facilitation de l'aide au logement pour les étudiants-es. Grâce à ce rôle, les étudiants-es peuvent accéder à des groupes de pairs virtuels pour trouver des colocataires et des possibilités d'hébergement en famille d'accueil et pour entrer en contact avec des logements communautaires et des gestionnaires immobiliers dans la région.

## Recommandations

1. **Établir des partenariats avec des propriétaires et des gestionnaires immobiliers** – En créant des partenariats avec des propriétaires locaux, les campus peuvent contribuer à accroître l'accès des étudiants-es à des options de logement potentielles.
2. **Sensibiliser le personnel des bureaux internationaux aux questions de logement** – et le mettre à la disposition des étudiants-es internationaux-ales pour les conseiller. En fournissant ces informations dès le départ, ainsi qu'en mettant à disposition des ressources internes qui connaissent les lois sur la location dans leur communauté, les étudiants-es peuvent éviter les problèmes courants liés à la location.
3. **Préparer les étudiants-es au marché du logement** – Les encourager à commencer à chercher un logement à l'avance et les informer sur les questions à poser, etc.
4. **Possibilité de mettre les étudiants-es en contact avec des conseils juridiques gratuits** - En raison de la méconnaissance des lois locales, des barrières linguistiques et de la discrimination potentielle, la possibilité de mettre les étudiants-es internationaux-ales en contact avec des conseils juridiques gratuits pourrait les aider à comprendre leurs droits en tant que locataires et à se protéger contre les expulsions injustes, à s'y retrouver dans les contrats de location et à résoudre les litiges avec les propriétaires et/ou les colocataires.

*Pour plus d'informations, consultez la fiche d'information du CISM [Comment s'entendre avec son ou sa colocataire.](#)*



# Soins de santé

---

Les étudiants-es internationaux-ales peuvent avoir du mal à accéder aux services de santé sur le campus et dans la communauté en raison de divers facteurs, notamment la difficulté à s'orienter dans les options de soins de santé disponibles, une mauvaise compréhension de leur couverture d'assurance, et l'apprentissage d'un nouveau système qui peut être différent de celui de leur communauté d'origine.

Pour s'assurer que les étudiants-es bénéficient d'un soutien dans l'accès à des soins de santé efficaces et opportuns, les prestataires de services doivent avoir une connaissance de base du système de santé provincial, y compris les problèmes de santé qui peuvent être traités par une clinique sans rendez-vous sur le campus ou hors campus, comment accéder à un service d'urgence et à quoi s'attendre lorsqu'on se rend à l'hôpital pour y recevoir des soins médicaux. L'accès aux soins de santé sur le campus peut également être bénéfique pour les étudiants-es qui ont besoin d'un justificatif de maladie s'ils ou elles ont manqué un travail universitaire, ou s'ils ou elles cherchent à faire vérifier leur situation de handicap pour accéder aux services d'accessibilité sur le campus.

Le personnel d'assistance sur les campus doit également comprendre les soins de santé fournis par l'établissement afin que les étudiants-es puissent être orientés-es vers l'aide appropriée de la manière la plus proactive possible. Il doit également être en mesure de fournir des informations aux étudiants-es sur les services de counseling et de santé mentale, y compris les services de crise disponibles dans la zone de desserte locale

Pour plus d'informations sur l'assurance-maladie pour les étudiants-es internationaux-ales, veuillez consulter la [fiche d'information](#) du CISMIC.



## PLEINS FEUX SUR

- **Ontario Tech University** a mis en place des [bilans de santé pour les étudiants-es internationaux-ales](#), qui offrent un examen complet et aiguillent les étudiants-es vers des spécialistes si nécessaire sur le campus. Les services sont proposés en plusieurs langues et permettent aux étudiants-es d'entrer en contact avec les services de santé du campus dès le début de leur séjour et de se familiariser avec les ressources disponibles.

## Recommandations

### 1. S'assurer que les fournisseurs de services ont une connaissance de base du système de santé provincial

– y compris ce qui est couvert par le RAMU ou toute autre assurance privée utilisée par l'établissement.

*Exemple : cela comprend l'éducation des fournisseurs de services sur les problèmes de santé qui peuvent être traités par une clinique sans rendez-vous sur le campus ou à l'extérieur, sur la façon d'accéder à un service d'urgence, sur les types de pièces d'identité acceptées et sur ce à quoi il faut s'attendre lorsqu'on se rend à l'hôpital pour recevoir des soins médicaux.*

### 2. Le personnel de soutien sur les campus doit également comprendre les soins de santé dispensés dans l'établissement.

*Exemple : il s'agit notamment de veiller à ce que le personnel dispose des informations nécessaires pour informer les étudiants-es sur les services de counseling et de santé mentale disponibles, y compris les services de crise disponibles dans la zone de desserte locale.*

# Insécurité alimentaire

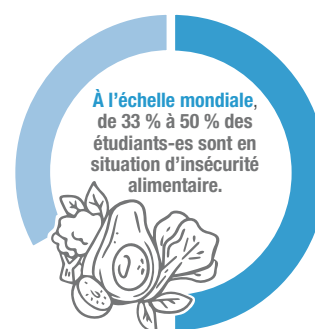
L'insécurité alimentaire a non seulement un impact significatif sur la santé physique, mais elle peut également avoir des répercussions sur la santé mentale et le bien-être. Bien que l'insécurité alimentaire soit un problème croissant au Canada, à la suite des ramifications de la pandémie de COVID-19 et à l'augmentation de l'inflation, les étudiants-es internationaux-ales présentent des vulnérabilités uniques. Les recherches ont montré que le manque de stabilité financière est la principale raison pour laquelle les étudiants-es ne sont pas en mesure de manger des aliments nutritifs et adéquats. Les données qualitatives recueillies à l'échelle nationale indiquent systématiquement que les étudiants-es internationaux-ales courent un risque accru de souffrir d'insécurité alimentaire. En conséquence, des études ont démontré que les étudiants-es internationaux-ales doivent souvent jongler avec des dépenses concurrentes, sans disposer des ressources ou des stratégies auxquelles les étudiants-es nationaux-ales sont plus susceptibles d'avoir accès.

Le fait de se trouver dans un nouvel environnement a également un impact sur les habitudes alimentaires. Les études descriptives indiquent que les étudiants-es ont souvent du mal à trouver des aliments qui leur sont familiers et que, même si ces aliments peuvent être trouvés, ils le sont souvent dans des magasins qui ne sont pas facilement accessibles, ce qui fait qu'il est difficile d'accéder à ces aliments régulièrement. De nombreux-ses étudiants-es sont responsables de la planification de leurs repas pour la première fois de leur vie et ont souvent du mal à trouver un équilibre. Les études montrent que nombre d'entre eux et elles ont également du mal à trouver le temps de planifier correctement leurs repas, de se procurer des aliments adaptés à leur religion et de préparer leurs repas.

Quelle qu'en soit la cause, les étudiants-es qui n'ont pas accès à des aliments adéquats et nutritifs sont plus inquiets-es, leur apprentissage est perturbé et leurs relations sociales sont de moins bonne qualité. L'insécurité alimentaire a également un impact direct sur les résultats scolaires et a été associée à une moins bonne assiduité aux cours et aux examens. Les étudiants-es font souvent état de problèmes de santé mentale, notamment de niveaux plus élevés d'anxiété et de colère, ainsi que d'un affaiblissement du sentiment d'appartenance sociale. Le coût de la vie augmentant rapidement, de nombreux-es étudiants-es internationaux-ales sont contraints-es de recourir aux banques alimentaires pour satisfaire leurs besoins nutritionnels. Un article paru dans la CBC en 2022 décrit une augmentation de l'utilisation des banques alimentaires par la population générale dans la région du Grand Richmond, en Colombie-Britannique. Selon les données recueillies par une organisation, plus de 17 % des personnes ayant recours aux services des banques alimentaires étaient des étudiants-es internationaux-ales. De nombreux articles de presse ont mis en évidence le fait que les étudiants-es internationaux-ales sont souvent confrontés-es à des réactions négatives lorsqu'ils et elles demandent de l'aide aux banques alimentaires et aux organisations caritatives. Cette réaction négative est souvent enracinée dans le racisme, car les préjugés et les idées fausses sur les étudiants-es internationaux-ales contribuent à la discrimination qu'ils et elles rencontrent. Ces préjugés peuvent exacerber les difficultés que rencontrent ces étudiants-es pour accéder à des ressources essentielles.

Les groupes et ressources communautaires sont également devenus une source importante pour de nombreux-es étudiants-es puisqu'ils offrent des repas gratuits ou à prix réduit. À Brampton, les cuisines communautaires gérées par les Gurdwaras (connues sous le nom de langars) fournissent des repas culturellement adaptés à de nombreux étudiants-es indiens-nes qui vivent et étudient dans la région. Ces repas ont été maintenus pendant les restrictions de la COVID-19, permettant aux étudiants-es de prendre des repas emballés, contribuant ainsi à résoudre les problèmes d'insécurité alimentaire, tout en atténuant les sentiments de honte que ces étudiants-es peuvent associer aux banques alimentaires. Il existe également plusieurs applications qui visent à résoudre ce problème, en proposant aux utilisateurs-trices de l'application, pour une somme modique, des aliments vieillissants mais consommables que les restaurants et les épiciers jetteraient habituellement. En utilisant ces applications, les étudiants-es internationaux-ales peuvent avoir accès à des aliments sains à un coût nettement inférieur, tout en soutenant des initiatives visant à réduire le gaspillage alimentaire dans leurs communautés.

Pour plus d'informations sur l'impact de l'insécurité alimentaire sur la santé mentale des étudiants-es, écoutez notre [épisode de balado](#) et consultez notre fiche d'information sur l'[insécurité alimentaire et la santé mentale](#).



## PLEINS FEUX SUR

- L'**University of Lethbridge** a mis en place des repas du temps des Fêtes pour les étudiants-es internationaux-ales qui n'ont pas de famille chez qui ils et elles peuvent rester pendant la période des Fêtes. Cette initiative permet également de lutter contre l'insécurité alimentaire à laquelle ces étudiants-es peuvent être confrontés-es pendant cette période, en raison de la fermeture de nombreuses entreprises et de la diminution des possibilités d'emploi.
- L'**University of British Columbia** a mis en place un programme de partage des repas qui permet aux étudiants-es en situation d'insécurité alimentaire d'obtenir une subvention, une fois par semestre, qui leur permet d'acheter de la nourriture sur le campus. Les étudiants-es peuvent s'inscrire au programme par le biais d'un portail en ligne, et les détails individuels sont gardés confidentiels afin que les étudiants-es puissent utiliser les fonds sans être stigmatisés-es.
- **Queen's University** a mis en place un programme de boîtes de produits frais et de repas en bocaux qui permet aux étudiants-es d'avoir accès à des produits frais pour un coût symbolique. Les boîtes sont conçues pour rendre les aliments nutritifs accessibles aux étudiants-es en situation d'insécurité alimentaire, tout en promouvant une alimentation saine, la planification des repas et la réduction du stress. Les étudiants-es peuvent venir chercher les boîtes à une heure précise, ce qui contribue à préserver leur confidentialité tout en favorisant leur bien-être général.

## Recommandations

1. **Renforcer le soutien financier aux étudiants-es internationaux-ales** – Reconnaître les vulnérabilités uniques des étudiants-es internationaux-ales et fournir une aide financière accrue pour lutter contre l'insécurité alimentaire.

*Il peut s'agir, par exemple, d'étendre les programmes de bourses, d'offrir des subventions d'urgence ou de créer des fonds spécifiquement destinés à atténuer les difficultés liées à l'alimentation des étudiants-es internationaux-ales.*

2. **Améliorer l'accès à une nourriture culturellement appropriée et abordable** – Collaborer avec les communautés locales, les organisations culturelles et les banques alimentaires pour s'assurer que les étudiants-es internationaux-ales ont accès à des options alimentaires culturellement familières et abordables.

*Il peut s'agir, par exemple, de développer des partenariats avec des cuisines communautaires, des institutions religieuses ou d'autres organisations qui peuvent fournir des repas culturellement adaptés aux étudiants-es internationaux-ales.*

*Un autre exemple consiste à fournir une carte des épiceries culturellement diversifiées autour du campus pour que les étudiants-es puissent avoir accès à des aliments familiers, ce qui est plus économique et plus sain que de manger à l'extérieur. Cela peut atténuer le mal du pays et aider les étudiants-es internationaux-ales à s'adapter plus facilement à leur environnement inconnu. D'une manière générale, apprendre aux étudiants-es à faire leurs courses de manière efficace les prépare à acquérir des compétences essentielles dans la vie quotidienne, favorise l'indépendance et encourage les étudiants-es à faire de meilleurs choix alimentaires, ce qui contribue en fin de compte à leur bien-être général.*

- 3. Sensibiliser et promouvoir les ressources existantes** – Sensibiliser les étudiants-es internationaux-ales aux ressources disponibles, telles que les repas gratuits ou à prix réduit fournis par les groupes et organisations communautaires.

*Il s'agit par exemple de développer des canaux de communication, y compris des plateformes en ligne et des séances d'information, pour informer les étudiants-es sur ces ressources. En outre, promouvoir l'utilisation d'applications de réduction des déchets alimentaires qui offrent des options alimentaires abordables et consommables aux étudiants-es internationaux-ales, réduisant ainsi leurs dépenses alimentaires.*

- 4. Fournir des services de soutien complets** – Mettre en place des services de soutien qui traitent des impacts plus larges de l'insécurité alimentaire sur la santé mentale, les résultats scolaires et le bien-être social des étudiants-es internationaux-ales.

*Il peut s'agir, par exemple, de services de counseling, de programmes d'éducation financière et d'ateliers sur la planification des repas et l'établissement d'un budget, afin de donner aux étudiants-es les compétences et les connaissances nécessaires pour gérer efficacement leurs besoins nutritionnels.*

## La sexualité

Les étudiants internationaux LGBTQIA+<sup>1</sup> ont également besoin d'une approche nuancée pour faciliter leur transition et leur réussite au Canada. Certains-es d'entre eux et elles peuvent se trouver dans un espace où ils et elles peuvent explorer pleinement leur sexualité ou leur identité de genre pour la première fois. Les étudiants-es qui avaient initialement prévu de retourner dans leur pays d'origine peuvent voir leur décision compliquée par la politique locale et les réalités sociales, alors qu'ils et elles explorent leur identité sexuelle au Canada. Ces complexités peuvent avoir un impact marqué sur la santé mentale et le bien-être de l'étudiant-e.

1 Tout au long de cette trousse d'outils, nous utiliserons le terme générique LGBTQIA+. 2S fait référence à « two-spirited », un terme utilisé par les communautés autochtones du Canada pour désigner les identités sexuelles et de genre. Il serait donc inapproprié de l'utiliser pour désigner les étudiants-es internationaux-ales.

L'une des façons dont le personnel et la faculté peuvent soutenir ces étudiants-e internationaux-ales est de mettre en place une culture de soins dirigés par l'étudiant-e. Cette approche permet à l'étudiant-e de formuler ses besoins et de travailler en collaboration avec le personnel pour élaborer un plan de soutien qui reflète ces besoins.

Les identités LGBTQIA+ peuvent être très complexes pour les étudiants-es internationaux-ales qui doivent parfois trouver un équilibre entre la validation de leur identité et la complexité de leur contexte culturel. Il est impératif que les établissements d'enseignement supérieur établissent des partenariats externes avec des organisations LGBTQIA+ au sein de leurs communautés, qui peuvent apporter la sécurité culturelle et la compréhension nécessaires. En développant des partenariats significatifs et des voies d'orientation avec ces organisations externes, les établissements de niveau postsecondaire seront en mesure d'aiguiller chaleureusement les étudiants-es dans le besoin, tout en veillant à ce que les lacunes dans les services puissent être comblées par ces ressources communautaires culturellement adaptées. Il est également impératif que le personnel et le corps enseignant reflètent la diversité de la population étudiante. Ce faisant, les établissements d'enseignement postsecondaire peuvent s'assurer que leur personnel a une perspective plus large et qu'il sera en mesure d'aider les étudiants-es dans diverses situations. Ces étudiants-es peuvent être confrontés-es à des questions complexes, notamment la demande de statut de résident-e permanent-e pour des raisons humanitaires, la gestion des relations dans leur pays d'origine et la recherche d'une communauté au Canada pour eux-mêmes et elles-mêmes. La présence d'un personnel ayant une expérience similaire ou une certaine connaissance de ces processus peut contribuer à instaurer un climat de confiance et à renforcer l'assurance des étudiants-es.

Pour plus d'informations sur le soutien aux étudiants-es LGBTQIA+, veuillez consulter notre trousse d'outils [Intersectionnalité invisible](#).

Il est essentiel de reconnaître que les étudiants-es LGBTQIA+, en particulier ceux et celles qui appartiennent à des communautés marginalisées, sont souvent plus vulnérables à la violence sexuelle. L'intersectionnalité fournit un cadre pour comprendre cette dynamique, en reconnaissant que les individus peuvent subir diverses formes de discrimination sur la base de leurs identités croisées (Meyer, 2012). Pour lutter efficacement contre la violence sexuelle, il faut des politiques et des interventions qui tiennent compte de ces identités croisées et qui donnent la priorité à des environnements inclusifs et favorables pour tous les étudiants-es internationaux-ales.

Pour plus d'informations sur la manière d'améliorer ou de développer un programme de réponse à la violence sexuelle sur le campus, ainsi que sur la manière de soutenir au mieux les étudiants-es qui ont subi une forme de violence sexuelle, veuillez consulter notre [trousse d'outils](#).

## **PLEINS FEUX SUR**

- **Western University** a mis en place des [communautés d'apprentissage](#) au sein de ses résidences étudiantes. Les étudiants-es ont la possibilité de vivre avec d'autres personnes qui partagent des valeurs, des modes de vie et/ou des facultés similaires. Dans le cadre de cette initiative, les étudiants-es peuvent choisir de résider à l' « étage LGBTQ + Allié-e ». En offrant cet espace, Western University soutient les défenseurs des droits des LGBTQ+, les étudiants-es qui s'interrogent sur leur identité et ceux qui s'efforcent de créer un environnement où tous les résidents-es se sentent célébrés-es et valorisés-es (UWO, 2022).

- Au début de chaque semestre, l'**Université de Toronto** organise un événement intitulé « [International Welcome For 2SLGBTQ+ & Allies](#) » (Accueil international pour les 2SLGBTQ+ et leurs alliés), organisé par le Sexual & Gender Diversity Office et le Centre for International Experience. Les étudiants-es internationaux-ales de la communauté 2SLGBTQ+ peuvent se réunir dans un environnement inclusif et diversifié autour d'un déjeuner afin de nouer des liens et de se soutenir mutuellement.
- **Le module sur l'orientation sexuelle et l'identité de genre de [l'Alliance for South Asian AIDS Prevention \(ASAAP\)](#)** est une formation asynchrone en ligne qui donne un aperçu du genre, de la sexualité, de l'affirmation des soins et du fait d'être un-e allié-e d'un point de vue culturel sud-asiatique. Cette formation vise à fournir une vision holistique de la manière de soutenir les étudiants-es sud-asiatiques LGBTQIA+.

## Recommandations

1. **Mettre en place des soins dirigés par les étudiants-es** – Adopter une approche dans laquelle les étudiants-es internationaux-ales LGBTQIA+ participent activement à la formulation de leurs besoins et collaborent avec le personnel pour créer des plans de soutien personnalisés.
2. **Établir des partenariats avec des organisations LGBTQIA+** – Les établissements d'enseignement postsecondaire devraient établir des partenariats significatifs et des voies d'orientation avec des organisations LGBTQIA+ externes dans leurs communautés. Ces partenariats peuvent assurer la sécurité culturelle et la compréhension des étudiants-es internationaux-ales LGBTQIA+, en leur fournissant des ressources et un soutien supplémentaires, au-delà de ce que l'établissement seul peut offrir.
3. **Promouvoir la diversité au sein du personnel et du corps enseignant** – Il est important que les établissements d'enseignement postsecondaire disposent d'un personnel et d'un corps enseignant qui reflètent la diversité de leur population étudiante. Cette diversité peut apporter une perspective plus large et une meilleure compréhension des défis uniques auxquels sont confrontés-es les étudiants-es internationaux-ales LGBTQIA+.
4. **Prendre en compte la santé mentale et le bien-être** – Reconnaître l'impact des complexités rencontrées par les étudiants-es internationaux-ales LGBTQIA+ sur leur santé mentale et leur bien-être.

**Exemple :** Offrir des services de santé mentale complets, inclusifs et adaptés aux besoins spécifiques de ces étudiants-es. Fournir des ressources pour du counseling, des groupes de soutien et d'autres services pertinents afin d'assurer leur bien-être global.

5. **Favoriser des communautés inclusives et accueillantes** – Créer un environnement inclusif et accueillant sur le campus et dans les communautés locales.

*Exemple :* Encourager l'intégration culturelle, organiser des événements de sensibilisation et promouvoir la compréhension interculturelle pour aider les étudiants-es internationaux-ales LGBTQIA+ à trouver un sentiment d'appartenance et à créer des réseaux sociaux de soutien.

6. **Connaître les problèmes juridiques et les ressources** – Il faut reconnaître que pour certains étudiants-es, le retour dans leur pays d'origine peut poser des problèmes juridiques et de sécurité en raison de leur sexualité. Il est important que le personnel soit conscient de ces problèmes et qu'il soit en mesure d'aiguiller ces étudiants-es vers les ressources appropriées.

## Lien social

---

Les domaines de la santé mentale et de l'éducation reconnaissent depuis longtemps l'impact de la culture sur le bien-être individuel. La recherche a également montré que les étudiants-es internationaux-ales de couleur sont souvent confrontés-es au racisme du personnel et du corps enseignant à certains moments de leur parcours universitaire. Il est donc impératif que le personnel et le corps enseignant soient sensibilisés à leurs préjugés explicites et implicites et qu'ils les remettent activement en question. Les conseillers-ères de l'enseignement postsecondaire et les professionnels-les de la santé mentale doivent avoir une compréhension nuancée de la manière dont les cultures spécifiques des étudiants-es internationaux-ales influencent leurs états de santé mentale, et de la manière dont certains aspects de la vie canadienne peuvent provoquer des moments de stress. Ce faisant, et en aidant les étudiants-es à renforcer divers liens, les établissements d'enseignement postsecondaire peuvent contribuer à atténuer les effets du stress acculturatif et à favoriser une adaptation saine.

La plupart des établissements de niveau postsecondaire reconnaissent que les étudiants-es internationaux-ales ont besoin de programmes spécifiques pour les aider à s'adapter à la vie au Canada. Cependant, ces programmes se concentrent en grande partie sur les nouveaux-elles étudiants-es et les programmes spécifiques ne sont souvent mis en place que pendant les premières semaines de l'année scolaire. D'autre part, de nombreux établissements organisent également des programmes de mentorat par les pairs qui associent des étudiants-es internationaux-ales plus expérimentés-es à des étudiants-es internationaux-ales débutants-es afin qu'ils et elles puissent en apprendre davantage sur l'environnement scolaire, et ce mentorat dure généralement au moins un an.

Des efforts similaires doivent être déployés pour aider les étudiants-es à maintenir leurs liens culturels. Cela peut se faire d'une multitude de façons, notamment en mettant les étudiants-es en contact avec des organisations culturelles, en sensibilisant l'ensemble du campus aux différents événements culturels et aux événements actuels qui peuvent avoir un impact sur les amis-es et les familles des étudiants-es internationaux-ales dans leur pays d'origine.

Pour plus d'informations sur les effets du choc culturel sur la santé mentale, veuillez consulter notre [fiche d'information](#).

La pandémie de la COVID-19 a entraîné un stress prolongé et des problèmes de santé. Les étudiants-es internationaux-ales, en particulier, ont souffert d'une solitude accrue, ce qui a eu un impact significatif sur leur bien-être et leur satisfaction dans la vie. Les sentiments qui accompagnent l'absence de liens définissent la solitude. Il s'agit d'une émotion adaptée à l'évolution qui nous aide à rechercher des liens et à former des communautés. Cependant, elle peut aussi avoir des effets négatifs sur notre santé mentale. Pour comprendre la solitude, il faut reconnaître que les liens humains sont aussi importants pour notre bien-être que d'autres besoins tels que boire ou manger. Les êtres humains sont des créatures sociales par nature. Quel que soit notre type de personnalité, il est impossible de contourner notre besoin profond d'être en contact avec les autres.

Pour comprendre l'impact de la solitude sur la santé mentale, la relation entre l'isolement et la connexion, et explorer des stratégies pour faire face à la solitude, veuillez consulter notre [fiche d'information](#).

Pour plus d'informations sur la solitude, veuillez visionner notre vidéo [YouTube](#) dédiée aux étudiants-es internationaux-ales. Le CISMIC a également lancé un nouveau cours en ligne conçu à l'intention des étudiants-es internationaux-ales, intitulé « [Gérer le stress et la solitude](#) ».

## PLEINS FEUX SUR

- Le **Conestoga College** a mis en place le [programme Peer Wellness Navigator \(PWN\)](#). Ce programme se concentre sur la construction de réseaux à travers l'expérience vécue en connectant les étudiants-es de Conestoga avec d'autres étudiants-es de Conestoga comme une ressource de bien-être. Ce programme a été conçu par un comité consultatif de soutien par les pairs composé d'étudiants-es internationaux-ales bénévoles, sur la base de leur expérience au sein du collège. Les PWNs utilisent leur expérience de la santé mentale et/ou de la toxicomanie pour soutenir les étudiants-es qui recherchent une approche plus informelle de leurs besoins en matière de bien-être (Conestoga College, 2022).
- Le [projet Pardesi](#) est une série de courts métrages développés par le CISMIC, le Sheridan College et SOCH Mental Health. Le projet Pardesi vise à entamer le dialogue sur la santé mentale pour les étudiants-es internationaux-ales sud-asiatiques et à fournir des informations sur la manière d'accéder à un soutien. Ce projet explore une variété de sujets liés à la santé mentale dans une optique culturellement appropriée, tout en fournissant des moyens pratiques d'aborder ces conversations.
- Le **Fleming College** a mis en place un [programme de mentorat international par les pairs](#), dans le cadre duquel les nouveaux-elles étudiants-es internationaux-ales sont jumelés-es avec un-e étudiant-e international-e ou national-e de dernière année. Cette opportunité permet de mettre en relation les étudiants-es entrants-es avec un individu qui peut fournir un soutien individuel et utiliser sa propre expérience pour les guider.

# Recommandations

1. **Développer des programmes continus adaptés à la culture** – Développer et soutenir des programmes spécifiques visant à soutenir les étudiants-es internationaux-ales tout au long de leur parcours universitaire.

*Il peut s'agir, par exemple, de programmes d'orientation complets qui traitent de l'adaptation culturelle et offrent un soutien continu tout au long de l'année. Favoriser les programmes de mentorat par les pairs qui associent des étudiants-es internationaux-ales expérimentés-es à des étudiants-es débutants-es afin de faciliter l'intégration culturelle et de fournir des conseils sur la façon de naviguer dans l'environnement postsecondaire.*

2. **Favoriser les liens culturels et la sensibilisation** – Créer un environnement de soutien sur le campus qui valorise et célèbre la diversité.

*Il s'agit, par exemple, de mettre les étudiants-es internationaux-ales en contact avec des organisations culturelles et de leur donner l'occasion de maintenir leurs liens culturels. Promouvoir les célébrations culturelles, les ateliers et les initiatives à l'échelle du campus qui favorisent les échanges culturels et améliorent la compréhension des événements actuels qui peuvent avoir un impact sur les amis-es et les familles des étudiants-es internationaux-ales dans leur pays d'origine.*

3. **Promouvoir la formation à la diversité et à l'inclusion** – Proposer des formations et des opportunités de développement professionnel au personnel et au corps enseignant afin d'aborder les préjugés explicites et implicites, l'équité et le racisme. Le personnel et le corps enseignant doivent être en mesure de comprendre les contextes culturels et les défis uniques rencontrés par les étudiants-es internationaux-ales. Des programmes de formation diversifiés et inclusifs permettent au personnel et au corps enseignant d'établir un environnement sûr qui encourage les étudiants-es à s'engager dans un dialogue intentionnel.

Pour plus de conseils sur la mise en œuvre de pratiques et de principes anti-oppressifs, consultez [notre boîte à outils en deux parties](#).

4. **Renforcer les réseaux de soutien social** – Encourager la formation de réseaux de soutien social parmi les étudiants-es internationaux-ales et fournir des ressources aux étudiants-es pour qu'ils et elles puissent entrer en contact avec leurs pairs, rejoindre des clubs ou des organisations étudiantes et participer à des activités sur le campus.

*Il s'agit, par exemple, de mettre en place une semaine des clubs au début de chaque semestre, au cours de laquelle les étudiants-es internationaux-ales peuvent découvrir les différentes façons de s'impliquer sur le campus.*

Pour plus de détails sur le lancement d'un programme de soutien par les pairs qui mobilise le corps étudiant pour améliorer la santé mentale sur le campus, veuillez consulter ce [webinaire](#) et cette [trousse d'outils](#).

Pour plus d'informations sur la manière de responsabiliser les pairs et les animateurs-trices de groupes, veuillez consulter ce [webinaire sur le projet pilote de soutien par les pairs sur les campus](#), un programme qui offre une formation et une certification spécialisées en matière de soutien par les pairs. Le CISMC héberge maintenant le matériel créé et utilisé par l'ACSM National pour son programme de pair-aidance sur le campus. Veuillez consulter notre [site Web](#) pour obtenir du matériel de formation et des ressources.

# Le stress académique

---

En raison des exigences élevées liées aux responsabilités académiques, notamment la lourde charge de travail, les attentes en matière de performances, les difficultés de gestion du temps ou les préoccupations concernant l'impact sur les opportunités futures, les étudiants-es subissent souvent des pressions et des tensions (Reddy et al., 2018). En particulier lorsque les étudiants-es internationaux-ales s'installent dans un nouvel environnement éducatif, le stress académique est étroitement lié à ce que l'on appelle souvent le « choc d'apprentissage ». Le choc d'apprentissage (également connu sous le nom de choc académique) peut se produire lorsqu'un-e étudiant-e est exposé-e à un environnement d'apprentissage et à des méthodes d'enseignement qui ne lui sont pas familiers. Les méthodes d'apprentissage qu'il ou elle a mises en place par le passé peuvent ne pas être applicables ou fonctionner avec les nouvelles approches. Les étudiants-es peuvent se sentir frustrés-es, confus-es et anxieux-ses face aux indices désorientants et aux attentes contradictoires propres au choc d'apprentissage.

Il est important de s'attaquer au choc d'apprentissage des étudiants-es, car il peut les dissuader d'apprendre et avoir un impact sur leur confiance en eux/elles, leur motivation et leurs relations avec leurs camarades et leurs professeurs-es. S'il est abordé avec le bon état d'esprit, le choc d'apprentissage peut être un moyen d'améliorer l'apprentissage, de sortir des zones de confort et de vivre une expérience enrichissante.

Pour en savoir plus sur le choc de l'apprentissage et sur l'impact de la culture sur l'apprentissage, veuillez consulter notre [fiche d'information](#).

## PLEINS FEUX SUR

- Le Centre for International Experience de l'**Université de Toronto** propose une page « [pré-arrivée](#) » sur son site Web, qui offre de nombreuses ressources académiques et des informations sur le choix des cours, les outils d'apprentissage en ligne et les centres de soutien du campus. Parmi ces ressources, le Centre for Learning Strategy Support propose un [micro-cours de préparation à l'université](#). Ce cours comprend des ateliers sur la lecture stratégique, la prise de notes efficace et la gestion de l'énergie et non du temps, offrant aux étudiants-es des conseils précieux pour étudier plus efficacement.

- Le **Humber College** organise des événements pour les étudiants-es internationaux-ales pendant l'orientation, notamment le « [Coffee Chat : Tips for transitioning to college life](#) ». Les nouveaux-elles étudiants-es ont ainsi l'occasion d'entrer en contact avec un-e étudiant-e ambassadeur-drice, qui peut leur donner des idées et des conseils sur la gestion du temps, l'organisation et l'équilibre entre les études et les activités sociales.

## Recommandations

1. **Inclure une introduction aux méthodes et au style d'enseignement** - Lors de l'orientation en première année, fournir aux étudiants-es internationaux-ales des informations sur les méthodes d'enseignement et les critères d'évaluation peut les aider à s'adapter à de nouvelles approches d'apprentissage. Cette présentation peut également encourager l'utilisation des ressources du campus tout au long de l'année universitaire

*Par exemple, le corps enseignant et le personnel peuvent expliquer comment les cours seront évalués et ce que l'on attend des étudiants-es. En outre, le partage d'informations sur les ressources disponibles, telles que les bibliothèques scolaires et les services d'accessibilité pour les étudiants-es, peut aider davantage les étudiants-es dans leur parcours universitaire.*

2. **Offrir un soutien aux étudiants-es internationaux-ales** - Offrir un soutien aux étudiants-es et favoriser un environnement dans lequel les étudiants-es se sentent à l'aise pour demander de l'aide lorsqu'ils ou elles sont confrontés-es à des difficultés d'apprentissage.

*Il peut s'agir, par exemple, d'offrir un soutien numérique aux étudiant-es et de s'assurer que leurs technologies et appareils sont compatibles avec les logiciels requis ou de proposer des options de soutien par les pairs avec les étudiants-es nationaux-ales ou les étudiants-es internationaux-ales de deuxième année au cours de la première année afin de faciliter la transition.*

4. **Assurer une approche culturellement sécuritaire de l'enseignement et de la notation** - Les professeurs et les assistants d'enseignement devraient prendre en compte les expériences des étudiants-es dans les attentes du cours au lieu de porter des jugements à leur sujet.

# Carrière et emploi

---

La recherche indique que les étudiants-es de l'enseignement post-secondaire sont confrontés-es à des problèmes importants liés au développement de leur carrière, car la prise de décision en matière de carrière est au premier plan de leur expérience. Les défis comprennent, entre autres, la transition et l'adaptation à la population active, la recherche d'emploi, l'obtention d'une formation adéquate, la garantie de la sécurité de l'emploi et la préparation aux entretiens. Toutes ces préoccupations contribuent à ce que les étudiants-es éprouvent des niveaux élevés de stress et d'anxiété (Donald & Mouratidou, 2022 ; Dyrda, 2019). L'imbrication du développement de carrière et de la santé mentale est évidente. Les étudiants-es internationaux-ales peuvent également être confrontés-es à des problèmes de santé mentale liés à l'évolution de leur carrière en raison de l'absence potentielle d'un réseau local, qui peut les aider à trouver un emploi. En outre, ils et elles doivent naviguer et s'adapter à la culture du travail propre au Canada, qui diverge souvent des pratiques familières dans leur pays d'origine.

De nombreux-ses étudiants-es internationaux-ales viennent au Canada dans l'espoir de trouver un emploi et de profiter des possibilités d'immigration après leurs études. Le Canada offre aux anciens-nes étudiants-es la possibilité de devenir résidents-es permanents-es au pays. Selon IRCC, 62 410 étudiants-es internationaux-ales sont devenus résidents-es permanents-es au Canada en 2023 (Moosapeta, 2024). Une étude de Statistique Canada a révélé qu'au cours des années 2000 et au début des années 2010, 60 % des étudiants-es internationaux-ales qui avaient un emploi pendant leurs études ou après l'obtention de leur diplôme ont obtenu la résidence permanente dans les 10 ans suivant l'obtention de leur premier permis d'études (Choi, 2021a). Outre la pression liée à l'obtention d'un emploi, les étudiants-es internationaux-ales sont préoccupés-es par le statut des visas et des permis de travail, ce qui peut entraîner des problèmes psychologiques, en particulier depuis la pandémie (Chen, 2024).

## PLEINS FEUX SUR

- Le **Seneca College** propose différentes [séances](#) tout au long de l'année aux étudiants-es internationaux-ales pour qu'ils et elles en apprennent davantage sur les conditions du permis d'études, sur la manière de demander un permis de travail post-diplôme et sur l'immigration canadienne et les voies d'accès à la résidence permanente.
- L'**université McMaster** a élaboré un [guide](#) pour aider les étudiants-es internationaux-ales à comprendre la culture du lieu de travail canadien et à s'y adapter. Ce guide aborde des sujets tels que le langage corporel, les principes de base de la communication, d'autres règles de savoir-vivre et des ressources supplémentaires.

## Recommandations

1. **Collaboration entre les services de counseling et d'orientation professionnelle** - les étudiants-es internationaux-ales peuvent ne pas chercher directement à obtenir un soutien en matière de santé mentale en raison de cultures différentes. Les conseillers-ères d'orientation professionnelle sont des sources fiables de conseils sur les questions de carrière et peuvent constituer une passerelle précieuse pour mettre les étudiants-es en contact avec les services d'orientation.

*Les exemples incluent le développement de séances d'information holistiques abordant à la fois le développement de carrière et les sujets de santé mentale.*

2. **Offrir des possibilités de mise en réseau** - faciliter les événements et les ateliers de mise en réseau où les étudiants-es internationaux-ales peuvent entrer en contact avec des employeurs et des professionnels-les potentiels-les afin de nouer des relations et de comprendre les normes du marché du travail canadien.



# Le point de vue francophone

---

Tout au long de cette trousse d'outils, nous avons été introduits aux nombreux défis auxquels sont confrontés-es les étudiants-es internationaux-ales. Bien que de nombreux problèmes auxquels sont confrontés-es les étudiants-es internationaux-ales francophones aient été mentionnés tout au long de cette trousse, il existe quelques différences clés qui seront abordées dans cette section. L'une des principales différences ayant un impact sur les nombreux défis auxquels sont confrontés les étudiants-es francophones est la question de la langue. Les étudiants-es venant de pays francophones pour étudier en Ontario apprennent souvent rapidement qu'en dépit du fait que le français est la deuxième langue officielle du Canada, il n'est pas plus facile de naviguer dans la plupart de nos systèmes sociaux, éducatifs et d'emploi en français.

Les étudiants-es internationaux-ales représentent une grande partie de la population étudiante post-secondaire sur les campus de tout le pays. Contrairement aux étudiants-es internationaux-ales qui viennent en Ontario pour étudier dans des établissements anglophones, ceux et celles qui viennent de l'étranger pour étudier dans des campus francophones ont une composition démographique différente et des forces externes qui compliquent encore plus la voie vers l'éducation postsecondaire en français en Ontario.

Au cours de l'année scolaire 2015-2016, les établissements d'enseignement postsecondaire de l'Ontario ont accueilli 21 300 étudiants-es inscrits-es à des programmes d'études postsecondaires en français. Bien que les établissements postsecondaires francophones de l'Ontario puissent accueillir jusqu'à 75 % d'étudiants-es internationaux-ales, pour nombre d'entre eux et elles, le système d'immigration canadien peut souvent constituer un obstacle majeur. En 2022, plusieurs articles ont été publiés soulignant le taux de rejet de 60 à 75 % des demandes de visa soumises par des étudiants-es internationaux-ales francophones potentiels - la majorité d'entre eux et elles provenant d'Afrique francophone. En 2021, 72 % des demandes de visa d'étudiant provenant d'Afrique francophone ont été rejetées, alors que les demandes provenant d'autres régions du monde ont été rejetées à 35 %, ce qui montre les obstacles supplémentaires auxquels sont confrontés-es les futurs étudiants-es internationaux-ales francophones, en particulier ceux d'Afrique, où vivent 44 % des francophones du monde. Il convient de noter qu'IRCC évalue actuellement le système d'immigration, en collaboration avec des partenaires et des parties prenantes, afin de lutter contre les préjugés systémiques et le racisme. Il élabore des solutions globales pour façonner l'avenir de l'immigration. Les taux d'approbation des permis d'études parmi les étudiants-es francophones d'Afrique sont passés de 27 % en 2021 à 37 % en 2023 (IRCC, 2023a).

Comme nous l'avons déjà mentionné, il est important de reconnaître l'impact de la culture sur le sentiment d'appartenance et donc sur le bien-être des étudiants-es internationaux-ales. Les étudiants-es francophones peuvent être confrontés-es à des différences culturelles et se sentir isolés-es dans un environnement dominé par l'anglais. S'adapter à la vie en Ontario peut être un défi pour toute personne venant de l'étranger. Pour les étudiants-es internationaux-ales venant de pays francophones, il y a le défi supplémentaire de s'adapter une seconde fois aux communautés francophones souvent plus petites qui existent dans et autour des écoles postsecondaires francophones de l'Ontario.

Les services en français ne sont généralement pas aussi complets ou accessibles que les services en anglais en Ontario. Cela peut avoir un impact sur la capacité des étudiants-es francophones à obtenir du soutien et des informations. En outre, dans de nombreux pays francophones, les problèmes de santé mentale sont encore souvent stigmatisés, ce qui peut empêcher les étudiants-es de demander de l'aide. Cette stigmatisation peut décourager les étudiants-es de demander de l'aide lorsqu'ils et elles arrivent au Canada, même s'ils et elles sont aux prises avec des problèmes de santé mentale. Les établissements doivent être conscients de cette nuance culturelle et offrir un soutien sensible et non stigmatisant pour aider les étudiants-es internationaux-ales à gérer efficacement leurs besoins en matière de santé mentale.

## PLEINS FEUX SUR

- **La Cité**, un établissement francophone basé à Ottawa, offre une multitude de services et de soutiens aux étudiants-es internationaux-ales dans le cadre de son Service d'accompagnement international. Offrant aux étudiants-es internationaux-ales un soutien en matière d'orientation, d'intégration et d'informations générales sur la vie du campus et les ressources étudiantes, ce programme est un guichet unique qui permet aux étudiants-es internationaux-ales d'obtenir un soutien et de développer leur confiance et leurs relations sur le campus.
- **L'Université de Hearst** est l'une des 2 universités francophones de l'Ontario et la seule université à soutenir les étudiants-es francophones du Nord de l'Ontario. Hearst offre des programmes tels que le Café Étudiant et des services tels que le programme de mentorat, qui sont conçus pour aider les étudiants-es à établir des liens sociaux et à s'intégrer. En facilitant ces occasions pour les étudiants-es de partager leurs expériences, d'apprendre à se connaître, de construire des réseaux et de trouver de l'aide auprès de leurs pairs, Hearst soutient l'intégration des étudiants-es, avec le potentiel que cela s'étende au-delà du campus.
- Le **Collège Boréal** est l'un des établissements postsecondaires francophones les plus étendus de l'Ontario. Qu'il s'agisse d'activités organisées de conditionnement physique et de loisirs, de célébrations interculturelles ou d'une foule d'activités sociales en rotation, le Collège Boréal favorise le bien-être des étudiants-es internationaux-ales en créant des expériences et des occasions d'élargir leurs horizons et de s'engager avec leurs pairs, tout en accordant la priorité à la richesse et à la diversité des expériences étudiantes et en les célébrant.

## Recommandations

1. **Approche globale du campus** – Il est essentiel pour le bien-être des étudiants-es internationaux-ales que tous les membres du campus partagent la responsabilité de soutenir la santé émotionnelle, sociale, physique et mentale des étudiants-es internationaux-ales.

*Exemple : Améliorer l'accessibilité linguistique des événements sur le campus, des clubs étudiants, des équipes sportives et des soutiens non cliniques. La traduction en français du matériel de promotion et de sensibilisation est un moyen de favoriser l'accès des étudiants-es francophones aux activités et à l'information qui peuvent contribuer au bien-être et au sentiment d'appartenance au campus.*

**2. Préparation avant l'arrivée** – Comme de nombreux-es étudiants-es francophones découvrent les établissements de niveau postsecondaire de l'Ontario par le biais du recrutement et de la recherche, le fait d'informer les étudiants-es potentiels-les des principaux aspects des barrières linguistiques que la vie en Ontario peut présenter peut les aider à se préparer à la réussite.

*Exemple : Informer les étudiant-es que l'Ontario est principalement anglophone et que, selon l'endroit où ils et elles étudient, l'accès aux services et aux soutiens en français hors campus peut être limité.*

**3. Échange culturel** – Offrir aux étudiants-es francophones la possibilité non seulement d'apprendre et de connaître la vie et les coutumes en Ontario, mais aussi de partager leur culture et leurs expériences en nature.

*Exemple : Faciliter les événements d'orientation en dehors de la « semaine d'orientation » pour aider les étudiants-es francophones à se familiariser avec les services et le personnel de soutien sur le campus ou organiser des cafés de conversation comme celui qui a été mis en lumière à l'Université de Hearst.*

**4. Perfectionnement professionnel du personnel et du corps enseignant** – Reconnaître que l'adaptation culturelle n'est pas toujours le seul fait de l'étudiant-e. Veillez à ce que le personnel et le corps enseignant possèdent les connaissances et les compétences nécessaires pour aider les étudiants-es internationaux-ales francophones à s'intégrer à la communauté universitaire en s'adaptant à leur culture et en étant psychologiquement en sécurité.

*Exemple : Suivre des cours pour former le personnel et le corps enseignant à la sécurité culturelle et aux connaissances utiles sur les cultures des étudiants-es venant de l'étranger. En outre, la lecture de documents sur la [façon d'intégrer des principes anti-oppressifs](#) dans votre pratique professionnelle est un autre moyen pour le personnel et le corps enseignant de l'enseignement postsecondaire d'apprendre à mieux soutenir les étudiants-es internationaux-ales qui arrivent dans l'établissement.*

**5. Soutien à l'apprentissage de l'anglais** – Bien qu'il existe des poches francophones dynamiques dans toute la province, parler l'anglais est un outil utile pour favoriser l'intégration en Ontario. L'organisation d'activités et de cours visant à renforcer les compétences en anglais et la création de réseaux sociaux peut contribuer à ouvrir d'autres voies et à atténuer les difficultés rencontrées dans des systèmes tels que ceux des soins de santé et de l'emploi.

*Exemple : Offrir aux étudiants-es des cours et des possibilités de pratiquer leur anglais dans le cadre d'activités scolaires informelles ou en les orientant et en les informant sur les aides formelles à l'apprentissage de l'anglais, telles que les cours LINC et les cours de renforcement des compétences linguistiques sur le lieu de travail.*

# Soutien aux étudiants-es originaires de zones de conflit

---

Le Canada est depuis longtemps reconnu comme un havre de paix pour les personnes fuyant les conflits ou les catastrophes dans leur pays d'origine, et ce soutien s'étend aux étudiants-es internationaux-ales confrontés-es à des défis similaires. Les étudiants-es sont touchés-es par la mondialisation de notre monde, et les troubles politiques dans certaines parties du monde ont des conséquences directes sur la vie quotidienne des étudiants-es internationaux-ales au Canada. Les établissements d'enseignement supérieur et les communautés jouent un rôle crucial en offrant un environnement stimulant à ces étudiants-es. En offrant une aide financière, des bourses et des programmes spécialisés, les établissements d'enseignement postsecondaire veillent à ce que les étudiants-es internationaux-ales qui fuient les conflits ou les catastrophes aient accès à une éducation de qualité et aux ressources nécessaires pour reconstruire leur vie. En outre, les établissements postsecondaires canadiens mettent souvent en place des systèmes de soutien spécialisés, notamment des services de counseling et des programmes d'intégration culturelle, afin de répondre aux besoins et aux expériences uniques de ces étudiants-es, de favoriser leur sentiment d'appartenance et de promouvoir leur bien-être général. Grâce à ces initiatives, le Canada démontre son engagement à fournir un environnement sûr et inclusif aux étudiants-es internationaux-ales qui cherchent à fuir les troubles politiques.

Le personnel peut jouer un rôle clé, notamment en se familiarisant avec les questions susceptibles d'affecter les étudiants-es internationaux-ales sur leur campus. Les étudiants-es dont la famille et les amis-es sont également touchés-es par ces problèmes auront également des répercussions évidentes sur leur santé mentale et leur bien-être. En veillant à ce que le personnel soit conscient de ces problèmes, il est possible de mettre en place de manière préventive des mesures de soutien pour les étudiants-es qui se trouvent dans ces situations, notamment des mesures d'adaptation universitaires, des services de counseling additionnels et l'accès à des ressources telles que le logement, la nourriture ou d'autres biens de première nécessité.

Outre le soutien institutionnel, les communautés canadiennes jouent un rôle important dans l'accueil et l'intégration des étudiants-es internationaux-ales fuyant les conflits politiques. Le développement de partenariats avec des organisations communautaires et des groupes de bénévoles peut contribuer à promouvoir la compréhension interculturelle et offrir aux étudiants-es internationaux-ales des plates-formes pour partager leurs expériences. En embrassant la diversité et en soutenant les étudiants-es internationaux-ales, les établissements d'enseignement postsecondaire montrent leur engagement à défendre les droits de la personne et à favoriser l'émergence d'une société multiculturelle harmonieuse et accueillante pour tous, quels que soient leurs antécédents ou les conflits politiques qui se déroulent sur la scène mondiale.

## Recommandations

1. **Comprendre et reconnaître les facteurs de stress** – Être conscient des problèmes mondiaux susceptibles d'avoir un impact sur les étudiants-es internationaux-ales. Les étudiants-es peuvent avoir subi des traumatismes au cours de leurs expériences de prémigration et de réinstallation, ou avoir été exposés à la violence, au déplacement ou à la détention. De nombreux étudiants-es ont été contraints-es de quitter leur pays d'origine et ne peuvent y retourner en toute sécurité. Il est essentiel d'être conscient de ces défis.
2. **Équiper le personnel pour qu'il puisse apporter des réponses et un soutien tenant compte des traumatismes** – Comme nous l'avons mentionné, les étudiants-es internationaux-ales peuvent avoir été exposés-es à un stress extrême, à l'adversité et à des traumatismes. Les approches tenant compte des traumatismes impliquent de comprendre l'impact des traumatismes sur le fonctionnement académique et d'envisager le comportement dans cette optique.
3. **Accéder aux ressources communautaires** – S'associer à des organisations spécialisées dans le travail avec les familles de réfugiés-es, s'il s'agit d'une ressource disponible, est un excellent moyen de s'assurer que les étudiants-es internationaux-ales ont accès aux bons services. Les groupes de soutien, par exemple, seraient une ressource bénéfique. Conservez une liste précise et évolutive des ressources communautaires disponibles.
4. **Mettre fin à tout type de harcèlement ou d'intimidation** – Les étudiants-es originaires de zones de conflit risquent d'être victimes d'intimidation et de harcèlement si leurs camarades de classe les stigmatisent. Expliquez clairement que ce type de comportement est inacceptable.



# Résumé des recommandations

---

- Approche globale du campus – Il est essentiel pour le bien-être des étudiants-es internationaux-ales que tous les membres du campus partagent la responsabilité de soutenir la santé émotionnelle, sociale, physique et mentale des étudiants-es internationaux-ales.
- Préparation avant l'arrivée – Comme de nombreux-ses étudiants-es se renseignent sur les écoles postsecondaires de l'Ontario par le biais du recrutement et de la recherche, le fait d'informer les étudiants-es potentiels-les sur les aspects clés et les défis de la vie en Ontario peut les aider à se préparer en voie du succès.
- Défis liés à la réinstallation et à l'acculturation - Le personnel doit avoir une bonne compréhension des ajustements importants que les étudiants-es internationaux-ales doivent faire lorsqu'ils et elles s'adaptent à leur nouvelle communauté et à leur nouvel établissement d'enseignement postsecondaire. Une formation complète du personnel est essentielle à cette compréhension, car elle lui permet d'acquérir les connaissances et les compétences nécessaires pour soutenir les étudiants-es internationaux-ales, une population vulnérable qui nécessite un soutien continu, en particulier en termes de santé mentale, en intégrant la sécurité culturelle pour aborder les dynamiques de pouvoir et améliorer l'environnement général du campus pour tout le monde. Pour plus d'informations sur la sécurité culturelle, consultez l'article des Solutions éducatives du CISMIC intitulé « **Adopter une approche à l'échelle du campus pour passer de la compétence culturelle à la sécurité culturelle dans le soutien à la santé mentale et au bien-être des étudiants-es internationaux-ales** ».

## Répondre à la vulnérabilité financière

- Fournir des informations sur le système bancaire canadien et les normes bancaires – les intégrer à l'orientation des étudiants-es internationaux-ales.
- Garantir l'accès aux ressources financières et aux professionnels-les de la finance en cas d'urgence.
- Améliorer les programmes d'éducation financière et soutenir et développer des programmes complets d'éducation financière spécifiquement adaptés aux étudiants-es internationaux-ales.
- Intégrer des conversations financières dans l'orientation et un soutien continu.

## Répondre à l'insécurité du logement

- Établir des partenariats avec les propriétaires et les gestionnaires immobiliers de votre région – en créant des partenariats, vous pouvez contribuer à accroître l'accès des étudiants-es à des options de logement potentielles.

- Sensibiliser le personnel du bureau des étudiants-es internationaux-ales aux questions de logement et le mettre à la disposition des étudiants-es internationaux-ales pour les conseiller. En fournissant ces informations dès le départ, et en mettant à disposition des ressources internes qui connaissent les lois sur la location dans leurs communautés, les étudiants-es peuvent éviter les problèmes courants liés à la location.
- Fournir aux étudiants-es internationaux l'accès à des conseils juridiques gratuits pour les aider à comprendre leurs droits en tant que locataires, à s'y retrouver dans les contrats de location et à régler les litiges.

## **Répondre à l'accès aux soins de santé**

- Veiller à ce que les prestataires de services aient une connaissance de base du système de santé provincial.
- Le personnel de soutien sur les campus devrait également comprendre les soins de santé fournis par l'établissement.

## **Répondre à l'insécurité alimentaire**

- Reconnaître les vulnérabilités uniques des étudiants-es internationaux-ales. Renforcer le soutien financier aux étudiants-es internationaux-ales. Fournir une aide financière accrue pour lutter contre l'insécurité alimentaire.
- Améliorer l'accès à une nourriture culturellement appropriée et abordable et apprendre aux étudiants-es à faire leurs courses. Collaborer avec les communautés locales, les organisations culturelles et les banques alimentaires pour veiller à ce que les étudiants-es internationaux-ales aient accès à des options alimentaires culturellement familières et abordables.
- Sensibiliser les étudiants-es internationaux-ales aux ressources disponibles, telles que les repas gratuits ou à prix réduit fournis par les groupes et organisations communautaires, et promouvoir les ressources existantes auprès d'eux.
- Fournir des services de soutien complets et mettre en place des services de soutien qui traitent les impacts plus larges de l'insécurité alimentaire sur la santé mentale, les résultats scolaires et le bien-être social des étudiants internationaux.

## **Répondre à la sexualité**

- Mettre en place des soins dirigés par les étudiants-es. Adopter une approche où les étudiants-es internationaux-ales LGBTQIA+ sont activement impliqués-es dans la formulation de leurs besoins et collaborent avec le personnel pour créer des plans de soutien personnalisés.

- Les établissements d'enseignement postsecondaire devraient développer des partenariats et des voies d'orientation significatifs avec des organisations LGBTQIA+ externes au sein de leurs communautés. Ces partenariats peuvent assurer la sécurité culturelle et la compréhension des étudiants-es internationaux-ales LGBTQIA+, en leur fournissant des ressources et un soutien supplémentaires, au-delà de ce que l'établissement seul peut offrir.
- Il est important que les établissements d'enseignement postsecondaire disposent d'un personnel et d'un corps enseignant reflétant la diversité de leur population étudiante. Cette diversité peut apporter une perspective plus large et une meilleure compréhension des défis uniques auxquels sont confrontés-es les étudiants-es internationaux-ales LGBTQIA+.
- Aborder la question de la santé mentale et du bien-être et reconnaître l'impact des complexités auxquelles sont confrontés-es les étudiants-es internationaux-ales LGBTQIA+ en matière de santé mentale et de bien-être.
- Créer un environnement inclusif et accueillant au sein du campus et des communautés locales.

## Lien social

- Développer et soutenir des programmes spécifiques visant à soutenir les étudiants-es internationaux-ales tout au long de leur parcours universitaire.
- Créer un environnement de soutien sur le campus qui valorise et célèbre la diversité.
- Encourager la formation de réseaux de soutien social parmi les étudiants-es internationaux-ales et fournir des ressources aux étudiants-es pour qu'ils et elles se connectent avec leurs pairs, rejoignent des clubs ou des organisations étudiantes et participent à des activités sur le campus.
- Fournir au personnel et au corps enseignant une formation sur les préjugés, l'équité et le racisme afin de les aider à comprendre le contexte culturel des étudiants-es internationaux-ales et de favoriser un environnement sûr et inclusif.

## Stress académique

- Fournir une introduction aux méthodes d'enseignement, au style et aux critères d'évaluation canadiens afin d'aider les étudiants-es internationaux-ales à s'adapter à de nouvelles approches d'apprentissage.
- Offrir un soutien aux étudiants-es internationaux-ales et favoriser un environnement dans lequel les étudiants-es se sentent à l'aise pour demander de l'aide lorsqu'ils et elles sont confrontés-es à des difficultés d'apprentissage.
- Veiller à ce que les professeurs-es et les assistants-es d'enseignement adoptent une approche culturellement sûre de l'enseignement et de la notation, dans laquelle les expériences des étudiants-es sont prises en compte dans les attentes du cours au lieu de porter des jugements sur eux.

## Carrière et emploi

- La collaboration entre les services de counseling et de carrière peut offrir une approche plus holistique de l'aide aux étudiants-es internationaux-ales.
- Offrir des possibilités de réseautage où les étudiants-es internationaux-ales peuvent entrer en contact avec des professionnels-les afin d'établir des relations avec des employeurs et des professionnels-les potentiels-les et de comprendre les normes du marché du travail canadien.

## Point de vue francophone

- Offrir aux étudiants-es francophones des occasions non seulement d'apprendre et de faire l'expérience de la vie et des coutumes en Ontario, mais aussi de partager leurs cultures et leurs expériences en nature.
- Reconnaître que l'adaptation culturelle n'est pas toujours le seul fait de l'étudiant-e. Veiller à ce que le personnel et le corps enseignant possèdent les connaissances et les compétences nécessaires pour aider les étudiants-es internationaux-ales francophones à s'intégrer dans la communauté universitaire en s'adaptant à leur culture et en étant psychologiquement en sécurité.
- Proposer des activités et des cours de soutien à l'apprentissage de l'anglais et à la constitution de réseaux sociaux peut contribuer à ouvrir des voies supplémentaires et à faciliter l'accès à des systèmes tels que les soins de santé et l'emploi.

## Zones de conflit

- Soyez conscient des problèmes mondiaux susceptibles d'avoir un impact sur les étudiants-es internationaux-ales. Les étudiants-es peuvent avoir subi des traumatismes au cours de leurs expériences préalables à l'immigration et à la réinstallation, ou ils peuvent avoir été exposés-es à la violence, au déplacement ou à la détention.
- Outiller le personnel pour qu'il puisse apporter des réponses et des soutiens tenant compte des traumatismes.
- Établir des partenariats avec des organisations spécialisées dans le travail avec les familles de réfugiés-es, s'il s'agit d'une ressource disponible.
- Les étudiants-es originaires de zones de conflit risquent d'être victimes d'intimidation et de harcèlement si leurs camarades de classe les stigmatisent. Expliquez clairement que ce type de comportement est inacceptable.

# Ressources

---

**Plus forts ensemble** : Un cours en ligne gratuit destiné à être un guichet unique pour tout professionnel-le du campus ou leader étudiant-e cherchant à apprendre comment reconnaître, répondre et orienter les étudiants-es qui rencontrent des problèmes de santé mentale sur le campus.

## [Recherche par thème – Centre d’innovation en santé mentale sur les campus](#)

[“Working Without a Blueprint” - Supporting International Students & International Student Advisors](#) - Centre d’innovation en santé mentale sur les campus

[An International Student's Perspective](#) - Centre d’innovation en santé mentale sur les campus

[Soutenir les étudiants internationaux](#) - Centre d’innovation en santé mentale sur les campus

[International student says she spent months in mental anguish after Canadian immigration error](#)  
- Centre d’innovation en santé mentale sur les campus

[Speaking Your Language: Promoting Mental Health Awareness and Support for International and Students New to Canada](#) - Centre d’innovation en santé mentale sur les campus

[Building Strengths-Based Resilience in Students](#) - Centre d’innovation en santé mentale sur les campus

[The Pardesi Project](#) - Centre d’innovation en santé mentale sur les campus

[Page Étudier au Canada à titre d’étudiant étranger du Gouvernement du Canada – Canada.ca](#)

[Faire des études en Ontario : étudiants étrangers](#)

[Étudiants internationaux se connectent](#)

[YMCA Newcomer Information Centre](#)

Consultez ces ressources du CISMIC destinées aux étudiants-es internationaux-ales :

[Consultez ces ressources du CISMIC destinées aux étudiants-es internationaux-ales :](#)

[Le choc culturel - Centre d’innovation en santé mentale sur les campus](#)

[L’anxiété liée aux stress et aux examens - Centre d’innovation en santé mentale sur les campus](#)

[Stress et anxiété - Centre d’innovation en santé mentale sur les campus](#)

[La déprime hivernale - Centre d’innovation en santé mentale sur les campus](#)

[Le repos et le sommeil - Centre d’innovation en santé mentale sur les campus](#)

# Annexe

---

## **Vue d'ensemble de « One College/One Student »**

Réussite du corps étudiant, St. Lawrence College

Octobre 2022

Shelley Aylesworth-Spink, vice-présidente, réussite du corps étudiant

## **Contexte**

La population étudiante du St. Lawrence College (SLC) évolue rapidement, les inscriptions augmentant parmi les étudiants-es internationaux-ales et diminuant parmi les étudiants-es nationaux-ales. Cette évolution appuie les engagements pris dans le cadre du plan stratégique du SLC, « SLC in Five », en faveur de l'appartenance et de la création d'un établissement d'enseignement supérieur à la portée et à la culture mondiales.

La mission de la division de la réussite du corps étudiant est d'aider les étudiants-es à faire l'expérience de l'appartenance à la communauté du SLC et de leur offrir un soutien significatif qui garantisse leur bien-être physique et mental, leur réussite scolaire et leur capacité à s'épanouir dans un monde interconnecté. La division comprend les services suivants : Modes de connaissances et d'expériences autochtones, Santé, bien-être et accessibilité, Développement communautaire, Sports et engagement du corps étudiant, Services à la population étudiante, Résidences, bibliothèques et centres d'apprentissage, Partenariats mondiaux et services d'apprentissage, Droits et responsabilités des étudiants-es, Accompagnement spirituel, Relations avec les partenariats public-privé et Évaluation de la réussite des étudiants-es.

En gardant cette mission à l'esprit, la division de la réussite du corps étudiant a adopté une philosophie « One College/One Student » (« Un collège/un étudiant ») qui répond à la stratégie « SLC in Five », avec un engagement à développer un état d'esprit universel, à renforcer notre réseau international et à lier nos étudiants-es au monde.

## Approche

L'approche « One College/One Student » se concentre sur l'expérience et le soutien des étudiants-es, de l'admission à l'obtention du diplôme. À l'origine, elle relevait de deux divisions distinctes, l'éducation internationale et les affaires étudiantes. Peu après le lancement du projet « One College/One Student », au printemps 2022, les deux divisions ont fusionné pour créer une nouvelle division, la réussite du corps étudiant. Ce changement organisationnel a accéléré les efforts liés à la philosophie « One College/One Student ». La clé de ce changement a été le transfert de plusieurs fonctions liées à l'international vers les divisions concernées de l'université. Les admissions internationales ont rejoint le bureau du registraire et le recrutement international a été intégré au marketing et au recrutement.

L'engagement universel ainsi que la compréhension et le soutien interculturels sont intégrés dans le travail de la nouvelle division de la réussite du corps étudiant. Nous intégrons les services dans l'ensemble de la division, notamment en transformant le Centre de services aux étudiants-es (anciennement connu sous le nom de Centre d'accueil) en un « guichet unique » où les étudiants-es peuvent accéder de manière transparente aux informations et aux services. L'aide à l'apprentissage de l'anglais se développe dans nos centres de soutien scolaire. En outre, l'approche « One College/One Student » s'est traduite par le financement d'initiatives stratégiques visant à améliorer l'accès équitable et culturellement pertinent à l'aide en matière de santé mentale, à élargir les offres sportives pour répondre aux besoins de notre population étudiante diversifiée, et à répondre aux besoins des étudiants-es en matière de logement sur le campus et hors campus.

Les cinq groupes de planification de mesures suivants ont été créés au début de l'année 2022 pour se concentrer sur la réalisation de ce travail :

- Soutien au corps étudiant
- Engagement du corps étudiant
- Logement
- Services au corps étudiant
- Systèmes d'information et communication

Chaque groupe de planification de mesures a pour mandat de formuler des recommandations visant à :

- faire progresser et enraciner la collaboration au sein des trois campus ;
- maximiser notre capacité à répondre aux besoins de notre population étudiante, tels qu'ils sont définis dans le plan quinquennal d'inscription de l'établissement ;
- soutenir/avancer les objectifs de notre processus de gestion stratégique des inscriptions.

Le projet One College/One Student, sous l'égide de la nouvelle division de la réussite du corps étudiant, maximise les ressources afin que le SLC se concentre sur l'aide à la réussite de chaque étudiant-e. Ce qui a commencé comme un projet est maintenant une approche intégrée et harmonisée pour soutenir toute la population étudiante.



# Leadership du Sheridan College

## – Visites aux étudiants-es internationaux-ales

---

Le personnel du Sheridan College se rend dans les principales zones de recrutement pour rencontrer les étudiants-es et leur fournir des informations essentielles à la préparation de leur arrivée au Canada. Souvent, il est accompagné d'un-e étudiant-e de degré supérieur de ce pays, étudiant au Sheridan College.

### Les sujets abordés sont les suivants :

- Ce qu'il faut emporter
- Types de documents et comment les remplir correctement
- Comment gérer les vols et naviguer dans l'aéroport
- Comment se rendre sur le campus depuis l'aéroport?
- Informations sur les transports en commun
- Le temps qu'il fait au Canada (les vêtements dont ils et elles peuvent avoir besoin)
- Les types d'aliments disponibles dans les épiceries (pour avoir la même nourriture qu'à la maison)
- Comment fonctionne le loyer au Canada et quels sont les prix actuels des loyers
- Introduction aux services du campus
- Activités étudiantes sur le campus
- Les clubs sur le campus
- Comment postuler à un emploi (processus d'entretien, etc.)
- Types d'emplois disponibles sur le campus
- Nombre d'heures de travail autorisées pour les étudiants-es internationaux-ales
- Différences entre les établissements d'enseignement postsecondaire
- Horaires des cours
- Comment les notes sont calculées
- Plagiat
- Assurance maladie
- Guide du site Web de l'établissement et de la plateforme d'apprentissage en ligne
- Comment éviter les escroqueries et les différents types d'escroqueries



# Fleming College – « Connect and Get Ready »

---

## Sujets abordés :

- Trouver un logement
- Immigration 101
- Qu'est-ce que l'intégrité académique?
- Citer selon les normes APA pour des travaux réussis
- Trouver un emploi à temps partiel
- Demander un NAS
- Votre plan de santé
- Les attentes en classe
- Naviguer dans D2L - La plateforme d'apprentissage pour le corps étudiant
- Équité, diversité et inclusion - Vos droits de la personne au Canada
- Existe-t-il une culture canadienne ?
- Soutien académique disponible pour les étudiants-es internationaux-ales
- Recherche d'un logement - Visite virtuelle

## Séances supplémentaires :

- Séances « Posez-nous des questions »
- Séance d'accueil avec des représentants-es des départements
- Séance sur la sécurité sur le campus et hors campus
- « Visite autoguidée » durant laquelle les étudiants-es reçoivent des informations sur les services de soutien en visitant plusieurs départements en suivant une carte jusqu'à différents points d'accueil



# Fleming College – Global Friends Café

## Processus de jumelage :

Les étudiants-es au Canada et à l'étranger reçoivent un questionnaire pour déterminer leur profil. Un programme informatique se charge ensuite de jumeler les étudiants-es ayant des intérêts similaires.

### Voici quelques exemples de questions :

- Aimeriez-vous en savoir plus sur les autres cultures? Lesquelles?
- Que faites-vous pendant votre temps libre?
- Vous considérez-vous comme un introverti, un extraverti ou un peu des deux?
- Quel type de colocataire êtes-vous? Organisé? Désordonné? Un peu des deux?
- Quel est votre héros préféré? Wonder Woman? Batman? Superman?

Grâce à ce programme, les étudiants-es au Canada peuvent bénéficier d'heures d'attestation de bénévolat, se familiariser avec différentes cultures et bénéficier d'heures de travail communautaire qui sont éligibles pour les fondations policières, les travailleurs-ses des services sociaux, les travailleurs-ses auprès des enfants et des jeunes, etc. Pour les nouveaux-elles étudiants-es internationaux-ales, c'est l'occasion d'en apprendre davantage sur le Canada et l'environnement du campus, de réduire l'anxiété et le stress liés à la recherche de solutions à leur arrivée et d'apprendre à s'orienter dans l'enseignement postsecondaire au Canada.

# Références

---

ApplyInsights. (2024, 15 février). *Canada Hosted Over 1 Million International Students in 2023, but the New Student Visa Policies Will Transform the Sector in 2024*. ApplyBoard. <https://www.applyboard.com/applyinsights-article/canada-hosted-over-1-million-international-students-in-2023-but-the-new-student-visa-policies-will-transform-the-sector-in-2024#f4>

August, M., & Walks, A. (2018). Gentrification, suburban decline, and the financialization of multi-family rental housing: The case of Toronto. *Geoforum*, 89.

Baksh, N., Ellenwood, L., Kelley, M., & Aulakh, S. S. (2022, October 21). *International students enticed to Canada on dubious promises of jobs and immigration*. CBC News. Retrieved January 19, 2023, from <https://www.cbc.ca/news/canada/international-students-canada-immigration-ontario-1.6614238>

BBC News. (2019). Why the future of French is African. BBC News. <https://www.bbc.com/news/world-africa-47790128>

Berrada, A. (2021, September 15). Opinion letter: Francophone and Acadian communities demand better access to health care in French. SSF. <https://www.santefrancais.ca/en/2021/09/15/opinion-letter-francophone-and-acadian-communities-demand-better-access-to-health-care-in-french/>

Bourgeault-Tassé, I. (2022, February 4). TVO Today | Current Affairs Journalism, Documentaries and Podcasts. Wwww.tvo.org. <https://www.tvo.org/article/canada-is-failing-international-francophone-students>

Bureau du Commissaire aux langues officielles. (2020). Infographie : le fait français en Ontario. clo-ocol.gc.ca. [https://publications.gc.ca/collections/collection\\_2019/clo-ocol/SF31-141-6-2018-fra.pdf](https://publications.gc.ca/collections/collection_2019/clo-ocol/SF31-141-6-2018-fra.pdf)

Chambre des Communes Canada. (2022). Evidence of the Standing Committee on Citizenship and Immigration - No.05 - 44 -1. Chambre des Communes Canada. <https://www.ourcommons.ca/Content/Committee/441/CIMM/Evidence/EV11564780/CIMMEV05-E.PDF>

Chen, J. (2024). Supporting International Students' Emotional and Social Wellbeing: Addressing Pressing Issues Related to Tuition and Visa Status Anxiety. M.A. in *Higher Education Leadership: Action Research Projects*, 133. <https://digital.sandiego.edu/soles-mahel-action/133>

Choi, Y., Crossman, E., & Hou, F. (2021a). Les étudiants étrangers comme source de main-d'œuvre : transition vers la résidence permanente. *Statistique Canada: Rapports économiques et sociaux* 1(6), 1-10. doi: <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/36-28-0001/2021006/article/00002-fra.htm>

Choi, Y., Hou, F., & Chan, P. C. W. (2021b). Trajectoires de rémunération des étudiants étrangers au cours des premières années suivant l'obtention d'un diplôme d'études postsecondaires. *Statistique Canada: Rapports économiques et sociaux* 1(2), 1-23. doi: <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/36-28-0001/2021002/article/00004-fra.htm>

Collège Boréal. (2023). College Life. Collège Boréal. <https://www.collegeboreal.ca/en/college-life/college-life>

Donald, W. E., & Mouratidou, M. (2022) Preparing for a sustainable career: challenges and opportunities. *GiLE Journal of Skills Development*, 2(2), 3-5. doi: <https://doi.org/10.52398/gjsd.2022.v2.i2.pp3-5>

Dyrda, A. (2019). Career preparation as a student wellness issue: Considering the relationship between career development and mental health in post-secondary. *Proceedings from the 2018 Canadian Counselling Psychology Conference*, 32-40. doi: <http://hdl.handle.net/1880/111409>

El-Assal, K. (2020, February 20). *642,000 international students: Canada now ranks 3rd globally in foreign student attraction*. CIC News. Retrieved November 30, 2022, from <https://www.cicnews.com/2020/02/642000-international-students-canada-now-ranks-3rd-globally-in-foreign-student-attraction-0213763.html#gs.ycm2d9>

Gomez, M. (2022, October 27). *Food bank visits in B.C. Increasing more than national average — And organizers fear they'll keep rising*. CBC News. Retrieved February 20, 2023, from <https://www.cbc.ca/news/canada/british-columbia/food-banks-demand-increase-1.6632002>

Government of Canada. (2016, June 27). The path of international students in Francophone minority communities (FMCs). [www.canada.ca](http://www.canada.ca). <https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/corporate/reports-statistics/research/path-international-students-francophone-minority-communities-fmcs.html>

Government of Canada. (2020, December 2). CIMM - Study Permit Applications from French-Speaking Africa - Dec 2, 2020. [www.canada.ca](http://www.canada.ca). <https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/corporate/transparency/committees/cimm-dec-02-2020/cimm-study-permit-applications-from-french-speaking-africa-dec-02-2020.html>

Government of Canada. (2022). CIMM – Student Approval Rates by Country of Residence – May 12, 2022. <https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/corporate/transparency/committees/cimm-may-12-2022/student-approval-rates-country-residence.html>

Hanbazaza, M., Kebbe, M., Perez, A., Ball, G., Farmer, A., Maximova, K., & Willows, N. (2021). Food Insecurity Among International Post-Secondary Students Studying on a Canadian Campus: A Qualitative Description Study. *Canada Journal of Higher Education*, 51(2).

Haukaas, J. (2024, 21 février). *Student Groups Concerned Over International Student Cap*. Nexus Newspaper. <https://www.nexusnewspaper.com/newsite/2024/02/21/student-groups-concerned-over-international-student-cap/>

Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). (2024a, 22 janvier). *Le Canada stabilisera la croissance et réduira à environ 360 000 le nombre de permis de études délivrés aux étudiants étrangers pour 2024*. Gouvernement du Canada. <https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/nouvelles/2024/01/le-canada-stabilisera-la-croissance-et-reduira-denviron-360-000-le-nombre-de-permis-detudes-delivres-aux-etudiants-etrangers-pour-2024.html>

Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). (2024b, 29 avril). *Le Canada va introduire de nouvelles règles concernant les heures de travail hors campus pour les étudiants étrangers*. Gouvernement du Canada. <https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/nouvelles/2024/04/le-canada-va-introduire-de-nouvelles-regles-concernant-les-heures-de-travail-hors-campus-pour-les-etudiants-etrangers.html>

Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). (2023a, 28 août). *Note pour la période de questions - rejet de demandes d'étudiants étrangers de l'Afrique*. Gouvernement du Canada. <https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/organisation/transparence/comites/lang-4-oct-2023/rejet-demandes-etudiants-etrangers-afrique.html>

Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). (2023b, 7 décembre). *Révision des exigences pour mieux protéger les étudiants étrangers*. Gouvernement du Canada. <https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/nouvelles/2023/12/revision-des-exigences-pour-mieux-protoger-les-etudiants-etrangers.html>

La Cité. (2023). Service d'accompagnement international - La Cité. [www.collegelacite.ca](http://www.collegelacite.ca). <https://www.collegelacite.ca/service-accompagnement-international>

Le Quotidien. (2024, 16 janvier). *Indice des prix à la consommation : revue annuelle, 2023*. Statistique Canada. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/daily-quotidien/240116/dq240116b-fra.htm>

Le Quotidien. (2022, 1 avril). *Droits de scolarité des programmes menant à un grade, 2022-2023*. Statistique Canada. Consulté le 24 octobre 2022 à <https://www150.statcan.gc.ca/n1/daily-quotidien/220907/dq220907b-fra.htm>

Ma, K., Pitner, R., Sakamoto, I., & Park, H. Y. (2021). Challenges in Acculturation among International Students from Asian Collectivist Cultures. *Higher Education Studies*, 10(3), 34-43.

MacDonald-Dupuis, N. (2021). Université de l'Ontario français : 75 % des étudiants ne sont pas ontariens | La première rentrée à l'Université de l'Ontario français. Radio-Canada.ca. <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1812788/universite-ontario-francais-demandes-septembre>

Meyer, D. (2012). An Intersectional Analysis of Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender (LGBT) People's Evaluations of Anti-Queer Violence. *Gender & Society*, 26(6), 849-873. doi: <https://doi.org/10.1177/0891243212461299>

Moosapeta, A. (2024, 18 janvier). How many international students transitioned to permanent residence in 2023? *CIC News*. <https://www.cicnews.com/2024/01/how-many-international-students-transitioned-to-permanent-residence-in-2023-0142340.html#gs.buz33d>

National Association of School Psychologists (NASP). (n.d.). Supporting Refugee Children & Youth: Tips for Educators. National Association of School Psychologists (NASP). <https://www.nasponline.org/resources-and-publications/resources-and-podcasts/school-safety-and-crisis/mental-health-resources/war-and-terrorism/supporting-refugee-students>

Ontario Council of Agencies Serving Immigrants. (2022, 20 avril). *Who is eligible for OHIP?* <https://settlement.org/ontario/health/ohip-and-health-insurance/ontario-health-insurance-plan-ohip/who-is-eligible-for-ohip/#:~:text=Canadian%20Citizens%20and%20Permanent%20Residents,for%20aboriginal%20people%20of%20Canada>

Quarshie, M. (2023). Unmasking the Shadows: Racism Among International Students in Canada and Its Impact. *ResearchGate*. doi: <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.11987.14889>

Reddy, K. J., Menon, K. R., & Thattil, A. (2018). Academic Stress and its Sources Among University Students. *Biomedical & Pharmacology Journal*, 11(1), 531-537. doi: <https://dx.doi.org/10.13005/bpj/1404>

Roslyn Kunin and Associates, Inc. (RKA, Inc.). (2023, 30 novembre). *Impacts économiques de l'éducation internationale au Canada – Mise à jour des impacts de 2022 : Rapport final*. Présenté à Affaires mondiales Canada. <https://www.international.gc.ca/education/assets/pdfs/RKA-International-student-impact-2022-fr.pdf>

Sotomayer, L., Terhan, D., Vieta, M., McCartney, S., & Mas, A. (2020). When students are house-poor: Urban universities, student marginality, and the hidden curriculum of student housing. *Cities*, 124.

Statistique Canada. (2023a, 6 septembre). *Droits de scolarité des étudiants canadiens et internationaux selon le niveau d'études (dollars courants) : Tableau 37-10-0045-01*. [https://www150.statcan.gc.ca/t1/tbl1/fr/tv.action?pid=3710004501&request\\_locale=fr](https://www150.statcan.gc.ca/t1/tbl1/fr/tv.action?pid=3710004501&request_locale=fr)

Statistique Canada. (2023b, 22 novembre). Proportion d'effectifs canadien et d'étudiants internationaux selon la Classification Internationale Type de l'Éducation. [https://www150.statcan.gc.ca/t1/tbl1/fr/tv.action?pid=3710016303&pickMembers%5B0%5D=3.1&pickMembers%5B1%5D=4.1&pickMembers%5B2%5D=6.1&pickMembers%5B3%5D=7.1&cubeTimeFrame.startYear=2021+%2F+2022&cubeTimeFrame.endYear=2021+%2F+2022&referencePeriods=20210101%2C20210101&request\\_locale=fr](https://www150.statcan.gc.ca/t1/tbl1/fr/tv.action?pid=3710016303&pickMembers%5B0%5D=3.1&pickMembers%5B1%5D=4.1&pickMembers%5B2%5D=6.1&pickMembers%5B3%5D=7.1&cubeTimeFrame.startYear=2021+%2F+2022&cubeTimeFrame.endYear=2021+%2F+2022&referencePeriods=20210101%2C20210101&request_locale=fr)

Sullivan, C., & Kashubeck-West, S. (2015). The Interplay of International Students' Acculturative Stress, Social Support, and Acculturation Modes. *Journal of International Students*, 5(1), 1-11.

Tran, V., & Handford, V. (2019). The importance of supporting international students with financial literacy education. *OCUFA's Journal of Higher Education*, 1-14. [https://www.researchgate.net/publication/362270441\\_The\\_importance\\_of\\_supporting\\_international\\_students\\_with\\_financial\\_literacy\\_education](https://www.researchgate.net/publication/362270441_The_importance_of_supporting_international_students_with_financial_literacy_education)

Université de Hearst. (2020, June 18). *Café étudiant*. Université de Hearst. <http://www.uhearst.ca/cafe-etudiant>

Vachon, P. (2022, February 10). 70 % des étudiants internationaux refusés dans les universités franco-ontariennes. ONfr+. <https://onfr.tfo.org/etudiants-internationaux-afrique-taux-refus-universites-franco-ontariennes/>

Varughese, A., & Schwartz, S. (2022, April 1). *The pandemic exposed the vulnerability of international students in Canada*. University Affairs. Retrieved October 24, 2022, from <https://www.universityaffairs.ca/opinion/in-my-opinion/the-pandemic-exposed-the-vulnerability-of-international-students-in-canada/>

Venne, J.-F. (2022, August). Access denied: High refusal rates of study permits an issue at francophone universities. University Affairs. <https://www.universityaffairs.ca/features/feature-article/access-denied-high-refusal-rates-of-study-permits-an-issue-at-francophone-universities/#:~:text=In%202021%2C%20the%20department%20refused>

Zahid, S. (2022, mai). *Traitement différentiel dans le recrutement et les taux d'acceptation des étudiants étrangers au Québec et dans le reste du Canada*. Comité permanent de la citoyenneté et de l'immigration de la Chambre des communes. <https://www.noscommunes.ca/documentviewer/fr/44-1/CIMM/rapport-8/page-30>

