

Marhaban Canada

Checklist interactive - Nouvel arrivant au Canada

Version rapide, partageable et utilisable hors ligne (sans compte). Coche, note, puis sauvegarde le PDF.

Phase 1 - Première semaine (urgent)

Objectif: être opérationnel (NAS, banque, téléphone).

- Obtenir mon NAS (Numéro d'assurance sociale)
- Ouvrir un compte bancaire canadien (forfait nouvel arrivant si possible)
- Avoir un numéro de téléphone canadien (idéalement sans contrat long)

Notes (Phase 1):

Phase 2 - Premier mois (important)

Objectif: stabiliser (santé, logement, services essentiels).

- Vérifier l'assurance maladie (publique) et prendre une assurance temporaire si besoin
- Sécuriser le logement (bail lu, visite faite, pas de dépôt illégal)
- Activer les services essentiels (internet, électricité si nécessaire, adresse postale)

Notes (Phase 2):

Phase 3 - En continu (intégration)

- Emploi et droits: contrat clair, salaire déclaré, garder les preuves (courriels, paies)
- Impôts: conserver les documents, comprendre la déclaration annuelle
- Intégration: réseautage, langues, activités locales

Notes (Phase 3):

Marhaban Canada

Documents à avoir (liste complète)

Coche ce que tu as. Ajoute les détails dans les notes. Conserve aussi des copies numériques sécurisées.

Documents de base

- Passeport valide
- Visa canadien (si applicable)
- Permis: études / travail / résidence permanente (selon ton statut)
- Lettre d'introduction IRCC / document d'approbation (si applicable)
- Preuve d'entrée au Canada (tampon ou document d'entrée)

Documents canadiens

- NAS - confirmation (papier ou PDF)
- Carte d'assurance maladie ou preuve d'inscription
- Assurance privée temporaire (si applicable)

Logement et vie courante

- Bail signé
- Reçus / preuves de paiement du loyer
- Assurance habitation (si demandée)
- Factures utiles (internet, téléphone, électricité)

Travail, études, impôts

- Contrat de travail / lettre d'embauche (si applicable)
- Fiches de paie
- Relevés fiscaux: T4 / Relevé 1 (si applicable)
- Lettre d'admission / preuve d'inscription (si études)
- Relevés de notes (si études)

Notes et détails (banque, numéro, adresses, etc.)

Sauvegarde (recommandée)

- Copie numérique dans un cloud sécurisé (Drive/OneDrive avec mot de passe fort)
- Copie sur clé USB
- Photos/scan lisibles de mes documents

Marhaban Canada

Anti-fraude et sources

Règle simple: pas de pression, pas de cadeaux, et toujours vérifier les sources officielles.

Signaux d'alerte

- On te demande de payer en cartes-cadeaux
- On te met une pression d'urgence ("dernier délai", "paiement immédiat")
- On refuse de te donner des documents écrits ou un lien officiel
- On demande ton NAS/passeport sans raison claire

Liens officiels utiles

- Canada.ca (services et formulaires): <https://www.canada.ca/>
- NAS - Service Canada: <https://www.canada.ca/fr/services/prestations/pensionspubliques/nas.html>

Notes (appels, rendez-vous, noms, preuves)