



10 CONSEILS

**POUR TROUVER TON 1ER
EMPLOI ET DÉMÉNAGER**

AU CANADA

CABINET CONSEIL - SOLEIL IMMIGRATION CANADA
Conseils immigration & Emploi au Canada



INTRODUCTION

BIENVENUE





BIENVENUE !

Je suis **Sandrine Edmond**, fondatrice et directrice du **Cabinet conseils Soleil Immigration**, et mon objectif est simple : vous accompagner avec mon équipe dans votre projet de recherche d'emploi et d'expatriation au Canada, étape par étape.

Depuis presque 10 ans , je mets mon **expertise au service des francophones (France/DOM, Belgique et Suisse)** pour les aider à surmonter les défis liés à l'expatriation au Canada : démarches administratives, immigration, recherche d'emploi, budget, choix de la province ou encore installation.

Je sais à quel point une recherche d'emploi peut sembler complexe et parfois intimidante, avec ou sans document d'immigration. Mais avec une stratégie adaptée, des outils pratiques et un accompagnement personnalisé, il est possible de transformer ce rêve en réalité.





2



OBJECTIFS

DU GUIDE





OBJECTIFS

Le Canada attire, chaque année, des milliers de francophones (Français/DOM, Belges et Suisses). Ils se lancent dans cette aventure, animés par l'envie de trouver une **meilleure qualité de vie**, un **épanouissement professionnel** et un avenir plus sûr pour leurs enfants.

En 2025, bien que le Canada ait resserré ses politiques d'immigration avec des quotas plus limités et des critères renforcés, **ce rêve reste encore accessible**. Ces changements peuvent sembler décourageants, mais ils soulignent surtout l'importance d'une stratégie claire, d'une bonne préparation et d'un **accompagnement en recherche d'emploi adapté**.

Ce guide est là pour t'aider !

Il te dévoile **10 erreurs les plus fréquentes qui t'empêchent de décrocher ton premier emploi au Canada**. Plus important encore, il te propose des solutions pratiques et très concrètes.



Imagine-toi dans quelques mois, installé(e) au Canada, avec un emploi qui correspond à tes ambitions !





3



10 ERREURS



QUI T'EMPÊCHENT DE TROUVER
TON 1ER EMPLOI AU CANADA !





ERREUR #1

Reconnaissance de tes diplômes



Pourquoi ça change tout ?

Ne pas faire reconnaître tes diplômes avant d'arriver au Canada peut faire échouer ta recherche d'emploi. Une reconnaissance officielle valide tes compétences aux yeux des employeurs. Surtout pour les emplois réglementés comme infirmier.e, assistant.e social.e ou encore ingénieur.e.



Impact caché

Sans cette reconnaissance, tu risques de te retrouver dans des postes sous-qualifiés ou de perdre du temps à refaire des démarches sur place.

GAGNER DU TEMPS :

Notre cabinet conseils Soleil Immigration s'occupe de toutes ces démarches complexes. **Si vous souhaitez aller plus loin, cliquez ici !**



Action immédiate

Utilise les services d'équivalence de diplômes :

Pour le Québec, tu dois contacter le ministère de l'Immigration. Pour les autres provinces, tu peux te rapprocher de l'organisme accrédité par le gouvernement. Commence dès maintenant !

Anticipe les exigences professionnelles :

Si ton métier est réglementé (ex. : infirmier), contacte l'ordre professionnel pour connaître les étapes nécessaires à ton inscription.

Astuce bonus :

Prépare tous les documents demandés avant de commencer la procédure pour éviter des retards inutiles.

Avec des diplômes reconnus et validés, tu auras une longueur d'avance pour décrocher un emploi qui reflète tes compétences dès ton arrivée au Canada.



ERREUR #2

La résidence permanente



Pourquoi ça change tout ?

La résidence permanente (RP) te place dans une position avantageuse auprès des employeurs canadiens. Elle prouve que tu peux travailler légalement sans nécessiter de démarches complexes de leur part et donc cela augmente tes chances d'être recruté(e).



Impact caché

Sans la RP, certains employeurs ne souhaitent pas investir dans les procédures d'immigration longues (comme l'étude d'impact sur le marché du travail – EIMT).

Obtenir un permis temporaire (rester au Canada 2-3 ans maximum) avant de passer à la RP peut allonger ton parcours d'immigration.



Action immédiate

Plan financier :

Rassemble les fonds nécessaires pour prouver ta capacité financière (demandes familiales, économies). Prévois au moins 12 000€ pour une personne seule. Attention, si tu n'as pas cette somme, il existe des alternatives.

Alternatives stratégiques :

Si la RP est hors de portée, démarre avec un permis temporaire pour ensuite accumuler des points pour une RP.

GAGNER DU TEMPS :

Notre cabinet conseil s'occupe de déterminer le meilleur programme d'immigration pour vous. **Si tu souhaites aller plus loin, cliques ici !**



La résidence permanente te donne un avantage par rapport aux autres candidats internationaux !



ERREUR #3

Choix des entreprises



Pourquoi ça change tout ?

Les entreprises françaises implantées au Canada, comme Ubisoft, Airbus ont souvent des processus simplifiés pour transférer des talents internationaux. Ces structures comprennent mieux ton parcours et peuvent faciliter ta transition.



Impact caché

Postuler directement à des entreprises canadiennes sans réseau ni références peut réduire tes chances de décrocher un emploi.

GAGNER DU TEMPS :

Chez Soleil Immigration, nous avons une liste à jour des différents recruteurs canadiens, ce qui facilite les mises en relation. **Si tu souhaites aller plus loin, [cliques ici](#) !**



Action immédiate

Recherche stratégique :

Crée une liste des entreprises françaises ayant des filiales canadiennes via des plateformes comme LinkedIn ou Glassdoor qui correspondent à ton profil. Vérifie que ces filiales proposent bien des postes dans ton secteur d'activité

Réseautage ciblé :

Connecte-toi avec les responsables RH ou les employés basés au Canada pour te faire recommander.

Astuces bonus :

Inscris-toi à des agences comme France Travail International pour des offres adaptées aux francophones.

Renseigne-toi sur les bonnes entreprises avant de les contacter !



ERREUR #4

Salons de recrutement



Pourquoi ça change tout ?

Les événements comme **Destination Canada Forum Mobilité** et les **Journées Québec** te mettent en contact direct avec des recruteurs qui recherchent activement des talents francophones internationaux. Beaucoup de ces offres ne sont jamais publiées ailleurs.



Impact caché

Passer à côté de ces événements peut te priver d'opportunités exclusives et de contacts directs avec des employeurs.

Tu perds une chance précieuse de valoriser ton profil en rencontrant des employeurs en face-à-face



Action immédiate

Prépare-toi efficacement :

Mets à jour ton CV en anglais et en français, et prépare une présentation d'une minute sur ton parcours et tes ambitions. Utilise la méthode quantitative pour répondre aux questions sur tes expériences professionnelles

Optimise ta présence :

Identifie les entreprises présentes, et personnalise tes approches en fonction de leurs besoins.

Astuce bonus :

Si l'événement est en présentiel, apporte des copies imprimées de ton CV et prépare une version numérique pour des envois rapides après les rencontres.

Maximise ta candidature pour les prochains salons qui auront lieu en 2026



ERREUR #5

Métiers en demande



Pourquoi ça change tout ?

Certains métiers, comme ceux dans la **santé, le social, l'enseignement et la construction**, offrent plus d'opportunités et facilitent l'obtention d'un permis de travail fermé ou de la résidence permanente (surtout dans la province du Québec).



Impact caché

➤ Pour les autres métiers, moins en demande, il faudra faire preuve de stratégie pour décrocher un emploi au Canada.

GAGNER DU TEMPS :

➤ Si tu souhaites obtenir une stratégie personnalisée pour décrocher un emploi dans ton secteur d'activité, [cliques ici !](#)



Action immédiate

Analyse les données :

✓ Consulte la Classification Nationale des Professions (CNP) pour repérer les métiers prioritaires au Canada. Identifie plusieurs CNP qui correspondent à tes expériences professionnelles

Renforce ton profil :

✓ Si ton métier est en demande, identifie les compétences techniques recherchées et commence à les développer via des certifications.

Astuce bonus :

Si ton métier est réglementé, vérifie les démarches spécifiques pour accéder à ces professions (ex. : licences professionnelles).



Si tu exerces dans un métier en demande, il existe des facilités de recrutement international



ET MAINTENANT ?



Si tu veux aller plus loin

Si tu veux aller plus loin et éviter de perdre des mois à chercher les bonnes infos, on peut **construire ensemble ta stratégie d'emploi et d'immigration**.

Remplis ce formulaire pour recevoir un diagnostic personnalisé et découvrir l'accompagnement le plus adapté à ta situation :

 **Je veux être accompagné(e) !**

Tu n'es pas obligé(e) de faire ce chemin seul(e). Avec les bons conseils, tu gagnes du temps, tu fais les bons choix, et tu arrives au Canada avec un vrai plan.





ERREUR #6

Choix de la province



Pourquoi ça change tout ?

Des provinces comme le **Manitoba**, le **Nouveau-Brunswick** ou encore la **Saskatchewan** offrent des programmes d'immigration avantageux pour attirer les talents étrangers. Certaines provinces ajoutent même des points à ton dossier de RP si tu t'engages à y vivre et travailler.



Impact caché



Ne pas explorer ces options te prive d'un processus simplifié pour la résidence permanente ou le permis de travail.



Ces régions ont souvent des pénuries dans des secteurs précis, ce qui augmente tes chances d'être recruté(e).



Action immédiate

Explore les Programmes d'immigration dans ces provinces :



Chaque province a ses critères pour attirer les travailleurs qualifiés. Identifie les professions en demande dans ces régions et vérifie si ton profil correspond.



Astuces placement :

Utilise des plateformes comme Emploi Manitoba ou SaskJobs pour cibler des offres dans ces régions.



Astuce bonus :

Certaines provinces offrent des subventions ou des crédits d'impôt pour les nouveaux arrivants.



Le Québec n'est pas la seule province où tu peux travailler au Canada !





ERREUR #7

Le marché «caché»



Pourquoi ça change tout ?

80 % des emplois ne sont jamais publiés. Accéder à ce réseau caché grâce à des connexions personnelles, du réseautage professionnel et notre cabinet conseil peut t'ouvrir des portes rapidement. Tu ne dois pas te limiter aux offres en ligne.



Impact caché

Ignorer le réseautage te laisse dépendant des offres publiées, où la concurrence est rude, surtout pour les talents internationaux

GAGNER DU TEMPS :

Chez Soleil Immigration, nous avons accès à des offres d'emploi non publiés sur le marché. **Si tu souhaites nous rencontrer, [cliques ici !](#)**



Action immédiate

Approche humaine :

Rejoins des groupes comme « Les Français au Canada » et connecte-toi avec des anciens expatriés de ton domaine. Optimise ton profil LinkedIn pour pouvoir rentrer en contact avec des employeurs/recruteurs

Entretiens informels :

Si tu souhaites un rendez-vous avec nous,

Astuce bonus :

Contacte tes anciens collègues de promotion (alumni) qui vivent maintenant au Canada ou tes anciens collègues de travail pour avoir des recommandations.

Au Canada, le réseautage est une clé pour décrocher un emploi surtout quand on n'a pas encore d'expérience canadienne



ERREUR #8

Le CV et le profil LinkedIn



Pourquoi ça change tout ?

Ton CV et ton profil LinkedIn sont tes **deux vitrines** pour donner envie de te rencontrer. Les recruteurs canadiens attendent des CV concis, orientés résultats, et des profils LinkedIn qui mettent en avant des compétences spécifiques.



Impact caché

Les recruteurs ne prennent même pas la peine de lire les CVs qui ne sont pas au format canadien. Cela renvoie le signe que tu ne t'es pas adapté au marché de l'emploi.

GAGNER DU TEMPS :

Chez Soleil Immigration, 90% des dossiers qualifiés trouvent un emploi au bout de 3 mois avec un CV optimisé. **Si tu souhaites nous rencontrer, [cliques ici](#) !**



Action immédiate

Crée un CV canadien :

Pas de photo ni d'informations trop personnelles, pas de numéro de téléphone si non canadien, des réalisations chiffrées, et adaptées à chaque offre.

Optimise LinkedIn :

Utilise des mots-clés spécifiques à ton métier et à l'industrie canadienne. Ajoute des recommandations et un titre clair.

Astuce bonus :

Active l'option « Open to work » sur LinkedIn pour signaler ta disponibilité.

Sans outils adaptés au marché canadien (CV et LinkedIn), tu ne pourras pas décrocher d'entretien d'embauche



ERREUR #9

Cibler des grosses villes



Pourquoi ça change tout ?

Les **petites villes** comme Ottawa, Gatineau, Moncton, Sherbrooke ou Rimouski offrent un cadre de vie paisible, des loyers plus abordables que les grandes métropoles comme Montréal, Toronto ou Vancouver.



Impact caché

En négligeant ces options, tu passes à côté d'un environnement souvent moins compétitif pour décrocher un emploi.

GAGNER DU TEMPS :

Chez Soleil Immigration, notre objectif est de conseiller nos clients sur la ville la plus adaptée à leurs besoins et leur profil. **Si tu souhaites nous rencontrer, [cliques ici](#) !**



Action immédiate

Trouve des opportunités locales :

Utilise des sites comme WorkNB ou Québec en Tête pour découvrir les villes autres que Montréal et Toronto. Tu y découvriras leurs offres d'emploi.

Bénéficie des initiatives locales :

Participe à des programmes d'accueil, qui incluent souvent un accompagnement pour la recherche de logement et l'intégration sociale.

Astuce bonus :

Connecte-toi avec des associations francophones locales, qui peuvent t'aider à construire ton réseau rapidement.

S'ouvrir à d'autres villes que Montréal et Toronto aide à se positionner sur des marchés moins concurrentiels.



ERREUR #10

Ne pas avoir de plan clair !



Pourquoi ça change tout ?

Se lancer dans un projet d'immigration au Canada sans priorités claires, c'est comme vouloir construire une maison sans plan : tu perds du temps, de l'argent et parfois même ta motivation. Le secret c'est d'avoir un plan d'action Canada !



Impact caché

Tu t'éparpilles entre les démarches administratives, la recherche d'emploi, et la préparation de ton départ, sans avancer réellement sur aucun front.

La perte de temps te fait manquer des opportunités (comme des programmes d'immigration qui ont des quotas) ou encore des offres d'emploi.



Action immédiate

Fais toi accompagner par notre cabinet conseil **Soleil Immigration - Canada** :

Nous accompagnons chaque année des centaines de Français, Belges et Suisses dans différents secteurs d'activités.

Nous allons te créer une feuille de route personnalisée pour :

- Choisir le programme d'immigration le plus adapté à ton profil
- Préparer tes outils de recherche d'emploi
- Activer ton réseau et cibler les entreprises ou régions où postuler.

Si tu souhaites nous rencontrer, [cliques ici](#) !

La clé c'est d'avoir un plan clair et structuré pour ne pas te disperser dans tous les sens !



4

POUR ALLER

PLUS LOIN - TA CHECKLIST





TA CHECKLIST EMPLOI

en 10 étapes clés

EN SOLO

- ✓ **1. Reconnaissance des diplômes :** Lance la procédure auprès des bons organismes
- ✓ **2. Capacité financière :** Évalue tes ressources pour un programme d'immigration
- ✓ **3. CV canadien :** Prépare un CV canadien et optimise ton profil LinkedIn.
- ✓ **4. Entreprises cibles :** Identifie les entreprises françaises ou les employeurs locaux en demande.
- ✓ **5. Salons de recrutement :** Inscris-toi à Destination Canada ou aux Journées Québec pour des opportunités exclusives.
- ✓ **6. Métiers prioritaires :** Consulte la Classification Nationale des Professions (CNP)
- ✓ **7. Choix de la province :** Explore les provinces offrant des incitations pour les nouveaux arrivants.
- ✓ **8. Activation du réseau :** Engage-toi sur LinkedIn
- ✓ **9. Organisation des démarches :** Planifie tes démarches administratives
- ✓ **10. Expertise :** Fais appel à un expert en immigration et emploi

AVEC NOUS

- ✓ **ON S'OCCUPE DE TOUS avec Soleil Immigration !**

Si tu souhaites nous rencontrer, [cliques ici !](#)



ET MAINTENANT ?



Si tu veux aller plus loin

Si tu veux aller plus loin et éviter de perdre des mois à chercher les bonnes infos, on peut **construire ensemble ta stratégie d'emploi et d'immigration**.

Remplis ce formulaire pour recevoir un diagnostic personnalisé et découvrir l'accompagnement le plus adapté à ta situation :

👉 **Je veux être accompagné(e) !**

Tu n'es pas obligé(e) de faire ce chemin seul(e). Avec les bons conseils, tu gagnes du temps, tu fais les bons choix, et tu arrives au Canada avec un vrai plan.

