

Activités de prospection

- Essayez d'actualiser vos informations au sujet de la situation du Canada en réduisant l'écart entre ce que vous savez et ce que vous devriez savoir.
- Lisez les journaux, les revues et les coupures de journal qui arrivent au bureau.
- Demandez à vos correspondants canadiens de vous envoyer des renseignements généraux sur les tendances et les préoccupations du pays, ainsi que des brochures sur le marché immobilier et des listes de prix .
- Saisissez l'occasion de parler aux visiteurs qui viennent du Canada.
- Remettez à jour la liste de vos points de contact communautaires : écoles, clubs, voisins, journaux communautaires, médecin, dentiste, etc. Informez-les de votre retour.
- Préparez-vous à vivre de nouveau sans domestiques, autrement dit à plus de travaux de ménage et à moins de loisirs.
- Préparez-vous à changer de situation sociale après votre retour à Ottawa-Hull.
- Commencez à préparer vos enfants à la vie au Canada :
 - i. regardez ensemble les albums de famille pour vous familiariser avec les visages et les lieux; demandez aux parents de vous envoyer des photos plus récentes;
 - ii. regardez un certain nombre d'illustrations ou de revues canadiennes et parlez aux enfants de ce qu'ils vont voir au Canada;
 - iii. parlez des prochaines modifications à votre mode de vie : pas de domestiques; pas de bonne d'enfants; maman ira au travail; neige; autobus; ascenseurs; télévision. Évitez de provoquer vous-même l'anxiété;
 - iv. si vos enfants sont attachés à une bonne qu'ils ont depuis plusieurs années, commencez à les détacher d'elle et redevenez le point de convergence de leurs besoins d'appartenance et de sécurité.

ii. La réintégration

Le personnel permutant expérimenté s'entend pour dire que la réintégration ne se réalise complètement que lorsque la famille (quelle que soit sa composition) a passé une année civile entière au Canada. Cela tient probablement au fait que la vie au Canada est liée