

de vue qu'après avoir vécu un certain temps à l'étranger, le retour au pays peut se révéler difficile et éprouvant. C'est une période qui peut être très pénible pour certaines personnes et qui entraîne même parfois une dépression.

Préparez donc, dans la mesure du possible, votre retour avant même de partir. Par exemple, si vous avez déjà un emploi au Canada, renseignez-vous sur la possibilité de prendre un congé sans solde. Si vous planifiez de reprendre vos

études au collège ou à l'université, emportez avec vous toute demande ou formulaire nécessaire ou demandez à ce qu'on vous les envoie à l'étranger afin de ne pas manquer la date limite d'inscription. En entretenant votre réseau de parents et d'amis au Canada pendant votre absence, vous faciliterez beaucoup votre retour. Il vous semble peut-être superflu de penser au retour avant même d'être parti, pourtant un peu de prévoyance peut grandement vous aider à franchir cette étape.

Travailler à l'étranger

L'inscription auprès d'un bureau du gouvernement du Canada à l'étranger

Si vous prévoyez de rester plus de trois mois à l'étranger, il est conseillé de vous inscrire officiellement auprès du bureau du gouvernement canadien le plus proche. Il sera ainsi plus facile de communiquer avec vous en cas d'urgence ou de crise. Cette inscription est facultative, et les renseignements fournis ne seront transmis à aucun autre service du gouvernement du Canada. Dans les pays d'Europe de l'Ouest, au Japon, en Australie, en Nouvelle-Zélande et aux États-Unis, ce service n'est généralement pas offert.

Dans les pays où le Canada n'a pas de représentant direct, il

existe peut-être des ententes vous permettant de vous inscrire auprès de l'ambassade ou du consulat d'un autre pays. Par exemple, le Canada a conclu un accord officiel de réciprocité avec l'Australie.

L'assistance consulaire

Les bureaux du gouvernement canadien à l'étranger sont prêts à vous aider en cas d'urgence. Il se peut, dans certaines circonstances, que vous deviez payer pour les services fournis.

Comment peut-on vous aider?

- Le bureau du gouvernement canadien peut joindre, à votre demande, votre famille ou vos amis pour leur demander de