

Help for you



MONTREAL



A emigração portuguesa para o Canadá iniciou-se oficialmente em 1953, há 61 anos atrás. Portugueses e luso-descendentes formam uma comunidade de 429.850 pessoas (dados do Observatório da Emigração relativos a 2011). Desse total, 31.759 mil viverão em Montreal, cidade da província do Quebec (segundo as inscrições consulares à data de novembro de 2013). É a maior cidade do Quebec e a segunda mais populosa do Canadá, com aproximadamente 3,3 milhões de habitantes, sendo ainda uma cidade multicultural. O 'Little Portugal' é a zona mais portuguesa de Montreal e estende-se à volta de Saint-Laurent Boulevard e Rachel Street.



REPRESENTAÇÕES DIPLOMÁTICAS

Embaixada de Portugal em Otava

Z645 Island Park Dr
Tel.: (001) 613 7290883
email: embportugal@ottawa.dgaccp.pt
Atendimento: 2ª Feira, das 8h30 às 17h;
3ª a 5ª Feira, das 8h30 às 16h; 6ª Feira,
das 9h às 13h

Consulado Geral de Portugal em Montreal

Ao chegar a Montreal registre-se no Consulado Geral de Portugal. Tal é necessário para a obtenção de qualquer documento. 2020 University, Suite 2425
Tel.: +(1) 514 4990359
Email: mail@montreal.dgaccp.pt
Atendimento: 2ª, 3ª e 5ª, das 9h às 15h30;
4ª das 9h às 16h30; 6ª das 8h30 às 12h30



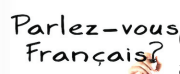
ENSINO DE PORTUGUÊS

A Coordenação de Ensino da Língua Portuguesa, nos níveis Básico e Secundário, é feita a partir do Consulado de Portugal em Toronto: Coordenadora: Ana Paula dos Santos Ribeiro 438 University Av. - 14th Floor
Tel: (001) 41 621 709 66
Email: cepe.canada@camoes.mne.pt
www.camoes-toronto.com

Ensino superior:
Protocolo de Cooperação com a Universidade de Montreal
Docente: Luís Filipe de Aguiar
Faculté des Arts et des Sciences
Département de Littératures et de Langues Modernes
Pavillon Lionel-Groulx
C - 8069 / 3150 Jean Brillant
C.P.6128, succursale Centre-ville
Tel: (+1) 514 343 6599
Email: luis.filipe.aguiar@umontreal.ca;
LAguilar@camoes.mne.pt
http://www.teiportuguesa.com

ESTUDAR EM MONTREAL

O ensino é gratuito para todos os residentes na província do Quebec, desde o maternal ao liceu. Na página eletrónica <http://www.immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/education/information-education/index.html> encontra todas as informações sobre o sistema de ensino da qual a cidade de Montreal faz parte. Na página eletrónica http://www.mfa.gouv.qc.ca/_Layouts/mfa/isf/pdf/MONTREAL.PDF encontra uma lista de berçários em Montreal. Já na página <http://www1.mels.gouv.qc.ca/trouverEcole/index.asp?page=recherche> (do Ministério da Educação, Cultura e Desporto) encontra uma lista ampla de escolas primárias, secundárias e liceus públicos. Por sua vez, na página do Ministério do Ensino Superior, Investigação e Ciência <http://www1.mels.gouv.qc.ca/trouverEcole/index.asp?page=recherche> encontra uma lista de faculdades e universidades em todo o Quebec (basta no campo de pesquisa indicar Montréal). Na página eletrónica <http://www.cicdi.ca/334/reconnaissance-des-diplomes-etrangeers.canada> encontra todas as informações necessárias para obter o reconhecimento de título académico e de diploma universitário adquirido fora do Canadá.



O governo do Quebec oferece aos imigrantes adultos a possibilidade de frequentar cursos de francês adaptados às necessidades de cada um e à disponibilidade de tempo. Com diferentes níveis, são realizados em parceria com estabelecimentos de ensino públicos e instituições comunitárias. Na página eletrónica <http://www.immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/langue-francaise/apprendre-quebec/temps-complet/index.html> encontra todas as informações necessárias, entre as quais regras de admissão, ajuda financeira, locais dos cursos, horários e duração.



ORGANIZAÇÕES PORTUGUESAS

Associação Portuguesa do Canadá
4170 St-Urbain
Tel.: (514) 844 2269

Casa dos Açores de Quebec
229 rue Fleury
Tel.: (514) 388 4129

Clube Oriental Português de Montreal COPM
4000 Courtrai
(514)342-4373
www.copm.ca

Clube Portugal de Montreal
4397 Boul. St Laurent
(514)844-1406



RESTAURANTES LUSOS

Ferreira Café
1446 Rue Peel
Tel.: (514) 848 0988
www.ferreiracafe.com

Portus Calle
4281 Boulevard Saint-Laurent
Tel.: (514) 849 2070
<http://portuscalles.ca/>

Casa Minhota
3959 Boul. St. Laurent
(514) 8422661

Jano
3883 Boul St Laurent
(514) 849-0646



CUSTO DE VIDA

Preços médios
1 Euro=1,405 Dólar canadiano(CAD)
Banco de Portugal

Pão: baguete de 150 g: 1,40 CAD
Embalagem (300 g) de 6 croissant 3,60 CAD
Embalagem de leite (1 l): 1,80 CAD
Queijo nacional (1 kg): 13 CAD
Embalagem com seis garrafas de água (1,5 l cada): 5,30 CAD
Caixa com 12 ovos: 3,40 CAD
Bananas (1,7 kg): 0,80 CAD
Embalagem (3,7 kg) de maçãs: 1,70 CAD
Batatas (1 kg): 1,60 CAD
Arroz (1 kg): 3,25 CAD
Embalagem de peito de frango (1 kg): 13 CAD

Embalagem (450 g) de salmão congelado: 8 CAD
Shampoo e condicionador (420 ml): 4,5 CAD
Refeição para duas pessoas (restaurante de preço regular, sem vinho): 60 CAD
Gasolina (1 l): 1,42 CAD
Renda média mensal para apartamento com 1 quarto no centro de Montreal: 1.100 CAD
1 quarto fora do centro da cidade: 800 CAD
Custo médio de luz, água, aquecimento e taxa de lixo para um apartamento de 85 m2: 100 CAD

DE BICILETA PELA CIDADE



Numa cidade que convida à prática do ciclismo, o Bixi (oficialmente Société de Vélo en Libre-Service), é um sistema de partilha de bicicletas públicas que está disponível durante três estações do ano, entre abril e novembro. Dispõe de mais de 5.000 bicicletas, espalhadas por vários pontos da cidade, que podem ser utilizadas por 24 horas (5 CAD), ao mês (31,25 CAD) ou durante todo o ano (82,50 CAD). Mais informações na página eletrónica <https://montreal.bixi.com/>

O fenómeno da Emigração é desde há décadas uma realidade nacional. Somos um país de empreendedores, palavra que se aplica perfeitamente aos portugueses que deixaram a sua terra natal (e os que continuam a fazê-lo) em busca de uma vida melhor noutro país. O 'Mundo Português' publica quinzenalmente, com o apoio do 'Santander Totta', a rubrica «Help for You», com informações úteis para quem já viva no estrangeiro ou esteja a pensar emigrar...



EMIGRAR

Os portugueses só podem permanecer no Canadá, sem visto, até um período máximo de 180 dias. No entanto, a marcação concreta desse prazo é determinada pelo oficial de imigração à chegada ao país, e esse limite deve ser rigorosamente respeitado. Deve ainda viajar com os meios comprovativos de disponibilidade financeira para permanecer no Canadá. Os assuntos de vistos e emigração para o país são tratados pela Embaixada do Canadá em Paris responsável por Portugal relativamente à prestação desses serviços:

<http://www.amb-canada.fr/visa>

A página eletrónica da Embaixada do Canadá indica a documentação necessária, formulários e acompanhamento do processo de pedido de visto: <http://www.canadainternational.gc.ca/france/visas/index.aspx>

Para a obtenção de qualquer tipo de visto, pode ainda consultar-se o site 'Citizenship and Immigration Canada' - <http://www.cic.gc.ca/english/index-can.asp> - cujas indicações devem ser seguidas.

Perto de cinco mil fábricas instaladas em Montreal empregam cerca de 25% da força de trabalho da cidade. Montreal é um centro de indústria farmacêutica, de alta tecnologia, têxtil, de manufatura de roupas e ainda um dos principais centros aeroespaciais do mundo. Produz também produtos eletrónicos, equipamentos de transporte e de telecomunicação, alimentos industrializados, e é um centro de processamento de tabaco. A cidade abriga também o maior porto fluvial do mundo, o Porto de Montreal.

As contratações para trabalhar no Canadá, que implicam a concessão de visto, devem respeitar, sem exceção, todos os requisitos constantes no portal eletrónico do Governo do Canadá, especificamente no endereço eletrónico: <http://www.cic.gc.ca/english/immigrate/index.asp>

Para obter informações sobre o regime laboral, condições de trabalho, direitos e obrigações do



TRABALHAR

trabalhador e resolução de conflitos, a nível provincial e federal, consulte as seguintes páginas:

<http://www.cnt.gouv.qc.ca/en/> (governo provincial)

www.labour.gc.ca (governo federal)

O Número de Segurança Social (SIN), é necessário para trabalhar no Canadá, receber o salário e ter direito a alguns programas do governo.

A lei canadiana diz que o empregador será obrigado a pedir-lhe para mostrar o seu cartão SIN, ou a prova de que fez o pedido de obtenção do SIN, até no máximo três dias após o início do trabalho.

O formulário de pedido do cartão SIN pode ser preenchido online em:

<http://www.servicecanada.gc.ca/eforms/forms/nas-2120-%2803-14%29e.pdf>

ou no Service Canada Centre da sua área de residência: (<http://www.servicecanada.gc.ca/cgi-bin/sc-srch.cgi?cmd=lst&pv=on&ln=eng>)



No site abaixo encontra uma lista de hospitais, clínicas, centros de saúde, farmácias, médicos de família e outros profissionais de saúde:

<http://www.santemontreal.qc.ca/en/support-services/medical-and-other-consultations/seeing-a-doctor/>



SAÚDE

O sistema de saúde é maioritariamente público, mas existem diferenças entre as Províncias no que toca à assistência médica de estrangeiros não titulares de autorizações de residência ou que estão em viagens de turismo ou negócios. Será melhor subscrever um seguro médico/de viagem para o período de estada prevista.

Tanto o regime geral como os seguros privados canadianos cobrem os serviços de saúde essenciais de nacionais e residentes permanentes.

Cada província possui requisitos próprios para a obtenção do cartão de saúde ('health insurance card'), mediante o pagamento de um valor mensal.

Trabalhadores temporários, estudantes com bolsas de estudo ou de estágio ('trainee'), marido ou mulher e dependentes de trabalhador ou estagiário que morem em Montreal, podem pedir o cartão de saúde, mediante a apresentação de alguns documentos e o preenchimento de um formulário. Mais informações em: <http://www.ramq.gouv.qc.ca/en/citizens/health-insurance/Pages/health-insurance.aspx>



Nestes sites encontra ofertas de trabalho:

<http://emploi.quebec.gouv.qc.ca/>

<http://www.emplois-montreal.ca/>

<http://www.travailimmigrants.com/ressources/chercheurs-demploi>

<http://placement.emploi.quebec.net/mbe/login/portail/portcherc.asp>

<http://www.jobbank.gc.ca/home-eng.do?lang=eng>



NÚMEROS DE EMERGÊNCIA

Emergência Nacional: 911

Info-Santé (Hospitais): 811

Assistência na estrada (CAA-Quebec): 514 861-1313



Escritório de Representação de Montreal do Santander Totta:

4245, Boulevard Saint-Laurent - Montreal, Quebec H2W 1Z4

Tel.: (001) 514 2810702 / Fax: (001) 514 2812006

Horário: 2ª 4ª, das 9h30 às 16h; 5ª, das 9h30 às 18h;

6ª, das 9h30 às 17h

Soluções Portuguesas Residentes no Estrangeiro Longe da vista, mas perto do coração



No Santander Totta, o longe fica mais perto.

Preocupamo-nos com quem está longe da sua terra, mas tem Portugal no coração.

Integrados num dos maiores grupos financeiros do mundo, colocamos à sua disposição a nossa dimensão, solidez e experiência.

Conheça todas as soluções que temos para si.

Transfira as suas poupanças para Portugal através do Santander Totta com toda a comodidade.



Santander Totta

um banco para as suas ideias

www.santandertotta.pt

RUI FERNANDO SILVA DOS SANTOS ANTÓNIO, 55 anos, natural de Lisboa, é desde 1996 o responsável do Escritório de Representação do banco Santander Totta em Montreal, cidade que acolheu destino as primeiras vagas de emigração portuguesa para o Canadá, a partir de 1953. Uma comunidade que Rui dos Santos António apresenta como trabalhadora e empreendedora e que tem reconhecido o serviço “de proximidade e de qualidade” oferecido pelo Santander Totta, tendo crescido continuamente em volume de negócios ao longo dos últimos 18 anos.

“Oferecemos um serviço de proximidade e qualidade à comunidade portuguesa”

Como é o seu grau de integração em Montreal?

O bom conhecimento de associações, assim como o relacionamento profissional com organismos portugueses, tem contribuído para a integração perfeita com as comunidades portuguesas em Montreal e arredores. O conhecimento profissional na área de investimentos ('Mutual funds') e seguros tem sido uma mais-valia para esta mesma integração.

Como caracteriza a comunidade portuguesa residente em Montreal (origem, concentração geográfica, associativismo, ligação com Portugal, etc.)?

Estima-se haver cerca de 50.000 portugueses e luso-descendentes na província do Quebec. Cerca de 75% são de origem açoriana e estão distribuídos num raio de 100 quilómetros do nosso Escritório de Representação.

O Escritório está situado numa zona de Montreal conhecida como o 'Bairro Português', zona para a qual vinham morar os portugueses que iam chegando nos anos 60 e 70, sendo este bairro ainda hoje de especial concentração de comércio tradicional português.

Montreal foi o destino das primeiras vagas de emigração portuguesa para o Canadá a partir de 1953, daí que grande parte da comunidade portuguesa aqui residente seja de uma faixa etária bastante avançada. Só a par-

tir dos finais dos anos 80 é que a emigração portuguesa começou a dar preferência a Toronto.

Existem em Montreal cerca de 25 associações, clubes e organismos portugueses, sendo a Associação Portuguesa do Canadá a mais antiga e a primeira associação a estabelecer-se neste país. Existem outras de elevada relevância como a Casa dos Açores de Quebec, o Clube Português, o Clube Oriental Português de Montreal.

De que forma os portugueses contribuem para a economia de Montreal? E de Portugal?

Os portugueses são bastante trabalhadores e empreendedores. Hoje em dia existem empresas portuguesas com projeção internacional, e começam a surgir também individualidades ligadas à vida política local e alguns com cargos de relevância, tais como ministros e presidentes de câmaras. Na área de investimentos, os portugueses são conhecidos como grandes investidores na área imobiliária.

O Santander Totta tem crescido internacionalmente nos países onde há forte presença portuguesa. Qual a importância do mercado Montreal para a estratégia do Banco Santander Totta junto dos Clientes Residentes no Estrangeiro?

Temos crescido continuamente em volume de negócio ao longo destes últimos 18 anos, facto que

se deve principalmente por estarmos perto da comunidade e por oferecermos um serviço de proximidade e de qualidade, proporcionando um contato direto com a rede de balcões do Banco em Portugal, nomeadamente, com os balcões onde os Clientes têm as suas contas domiciliadas.

Temos hoje uma significativa concentração de Clientes oriundos da zona centro de Portugal. Isto deve-se ao facto de nos finais dos anos 70 ter havido uma forte vaga de emigração dessa região para Montreal.

De que forma é importante para a comunidade portuguesa em Montreal trabalhar com o Banco Santander Totta e o Grupo Santander?

Apesar da distância, tradicionalmente, os portugueses residentes em Montreal procuram manter as suas ligações com Portugal. Um aspeto que tem sido cada vez mais valorizado pelos nossos Clientes é o fator solidez.

O facto de pertencermos ao Grupo Santander, um dos maiores e mais sólidos grupos financeiros a nível mundial, tem conferido confiança adicional na relação diária que temos com os nossos Clientes.

Com uma dispersão relativamente elevada num país vasto, como é que o Escritório de Representação de Montreal gere a sua cobertura em termos geográficos de maneira a apoiar um maior número pos-



“Temos crescido continuamente em volume de negócio ao longo destes últimos 18 anos”, destaca Rui dos Santos António

sível de Clientes do vosso Banco?

O Canadá é um país muito grande. Para atravessá-lo de Este a Oeste, de avião, são cerca de seis horas e meia.

Tem seis zonas com fusos horários diferentes, estando a população distribuída na zona fronteira com os Estados Unidos. Sabemos onde estão centraliza-

das as comunidades portuguesas em todo o Canadá e chegamos até elas via contato telefónico e correio (hoje em dia, correio eletrónico).

Localmente, e num raio de cerca de 150 quilómetros de Montreal, tentamos manter uma presença sempre ativa, de forma a divulgar a nossa imagem e proximidade com os Clientes.



NO CAMINHO DA **EXPORTAÇÃO** SUPER BOCK

Nova edição da Selecção 1927 celebra a OktoberFest

'Super Bock Selecção 1927 - OktoberFest' é a nova cerveja artesanal, inspirada na maior festa cervejeira do mundo para momentos de convívio à mesa. Limitada a 10 mil garrafas, está disponível a partir da próxima semana com preço de venda recomendado de 5,99€. A nova cerveja vai estar no Beer Experience, no Mercado da Ribeira, para proporcionar a melhor experiência gastronómica. É uma cerveja de cor âmbar escuro, com reflexos vermelhos, brilhante e viva, com espuma creme e consistente. O seu aroma é elegante, limpo e rico a malte, ligeiramente testado. Apresenta um sabor ligeiramente maltado doce, algo tostado, com amargo moderado de lúpulos nobres. O fim de boca é ligeiramente seco e doce.



REAL COMPANHIA VELHA

Cinco vinhos no top 'Melhores do Ano' do crítico João Paulo Martins

O Guia «Vinhos de Portugal 2015», elaborado pelo crítico João Paulo Martins, elegeu cinco vinhos da Real Companhia Velha como os 'Melhores do Ano'. São o espumante 'Real Companhia Velha' (Melhores Espumantes), o 'Quinta de Cidrô rosé 2013' (Melhores Vinhos Rosés), o 'Carvalhas Vinhas Velhas tinto 2012' (Melhores Vinhos Tintos), o 'Grandjô Late Harvest 2008' (Melhores Vinhos Brancos de Colheita Tardia) e o Porto Colheita 1980 (Melhores Vinhos Generosos - Porto e Madeira). O crítico afirma que a Real Companhia Velha tem “surpreendido no capítulo dos espumantes, área em que, após alguns anos de interregno, pretendem de novo ter uma palavra a dizer. Mais um belo exemplar (agora com a designação Real Companhia Velha).”



ESPORÃO

Adega foi eleita uma das 100 melhores do mundo



A influente 'Wine&Spirits', uma das melhores publicações do mundo do setor dos vinhos, acaba de publicar o «TOP 100 Wineries of The Year», uma lista que reúne as 100 melhores adegas do mundo em 2014. O Esporão está pela primeira vez entre os escolhidos, um reconhecimento que reforça o investimento na qualidade e o forte posicionamento internacional da marca. Para esta seleção, o painel de críticos e especialistas desta publicação provou mais de 12.500 referências desde o início do ano à procura dos mais distintos vinhos para apresentar aos seus leitores. Esta foi a primeira vez que o Esporão integrou a lista das 100 melhores adegas do ano, depois de contar com a presença assídua dos seus vinhos em listas de produto.