UQAR Emplois et Stages

LE POSTE Le portail des offres de stage et d'emploi de l'UQAR

20 août 2026

Quelle rémunération pour un stage et une carrière?



Quel salaire peut-on espérer pour un stage ou un premier emploi? Comment évaluer une offre et négocier ses conditions de travail?

La rémunération demeure une préoccupation importante pour les personnes étudiantes et diplômées qui entrent sur le marché du travail. Toutefois, il n'existe pas de réponse unique. Les salaires varient selon de nombreux facteurs : le secteur d'activité, la région, la taille de l'organisation, les conventions collectives, la rareté de certaines expertises, les responsabilités associées au poste, ainsi que l'expérience et les compétences de la personne candidate.

Il est recommandé de s'appuyer sur des données salariales fiables et récentes pour évaluer une offre d'emploi ou préparer une négociation.

Les stages

Les stages constituent souvent une première expérience professionnelle significative. Bien qu'il existe encore des écarts importants entre les domaines d'études, la rémunération des stages a généralement augmenté au cours des dernières années.

Depuis le 1er mai 2026, le salaire minimum au Québec est fixé à 16,60 $ l'heure, ce qui constitue un point de référence minimal pour plusieurs types de stages rémunérés. Toutefois, dans plusieurs disciplines où la demande est élevée, les employeurs offrent des taux supérieurs afin d'attirer les talents étudiants.

Les conditions offertes peuvent prendre différentes formes :

- Rémunération horaire;
- Allocation forfaitaire;

- Remboursement de frais de déplacement;
- Soutien au logement temporaire;
- Accès à certains avantages organisationnels.

Soulignons également que les discussions entourant l'accessibilité financière des études ont amené de nombreux employeurs et établissements à reconnaître l'importance de limiter les obstacles financiers à la participation aux stages, particulièrement pour les personnes ayant des responsabilités familiales ou des contraintes économiques.

Les organismes publics demeurent souvent des employeurs de référence en matière de stages et d'emplois étudiants. Ils offrent généralement des conditions transparentes, des échelles salariales connues ainsi que des possibilités d'apprentissage structurées.

Les emplois au début du parcours professionnel

Le premier salaire après les études représente souvent une source d'inquiétude. Pourtant, il est important de se rappeler qu'un salaire d'entrée n'est qu'un point de départ.

Les enquêtes sur l'insertion professionnelle démontrent généralement une bonne intégration des diplômées et diplômés universitaires au marché du travail. Toutefois, les écarts de rémunération entre disciplines peuvent être considérables.

Par exemple, certains domaines spécialisés, comme le génie, les technologies de l'information, la santé ou certains secteurs de la finance, affichent habituellement des salaires d'entrée plus élevés;
d'autres secteurs, notamment dans les domaines communautaires, culturels ou de l'intervention sociale, offrent souvent une rémunération plus modeste au début du parcours professionnel.

Ces différences ne reflètent pas nécessairement la valeur sociale ou la complexité du travail accompli. Elles traduisent davantage les réalités économiques propres à chaque secteur.

Dans plusieurs organisations, les employeurs accordent également une importance croissante aux compétences transférables telles que :

- La communication;
- La résolution de problèmes;
- Le travail d'équipe;
- L'adaptabilité;
- L'autonomie;
- La maîtrise des outils numériques.

Ces éléments peuvent influencer positivement le positionnement salarial d'une personne nouvellement diplômée.

Les emplois pendant la carrière

Au fil des années, la rémunération évolue généralement en fonction de plusieurs facteurs :

- L'expérience acquise;
- Le niveau de responsabilité;
- L'expertise développée;
- Les certifications professionnelles;
- Les fonctions de gestion;
- La mobilité professionnelle.

Cependant, il est pertinent n plus pertinent d'évaluer non seulement le salaire, mais l'ensemble de la rémunération globale.

Les conditions suivantes peuvent représenter une valeur importante :

- Assurances collectives;
- Régime de retraite;
- Horaires flexibles;
- Télétravail ou mode hybride;
- Congés personnels;
- Budget de formation continue;
- Possibilités d'avancement;
- Programmes de mieux-être.

Ainsi, deux emplois offrant un salaire identique peuvent présenter des avantages très différents en matière de qualité de vie et de développement professionnel.

Le coût de la vie : un élément à considérer

Lorsqu'on compare des offres d'emploi, il est également utile de tenir compte du coût de la vie. Un même salaire n'offrira pas nécessairement le même pouvoir d'achat selon :

- Le coût du logement;
- Les frais de transport;
- Les dépenses quotidiennes;
- La situation familiale.

L'évaluation d'une offre gagne donc à être réalisée dans son contexte global plutôt qu'à partir du seul taux horaire ou du salaire annuel.

Un marché du travail en évolution

Le marché du travail québécois demeure dynamique, mais la réalité de la main-d'œuvre est aujourd'hui plus nuancée qu'au cours des années ayant suivi la pandémie.

Certaines professions continuent de connaître d'importants besoins de recrutement, alors que d'autres présentent une concurrence plus élevée entre les personnes candidates. Les employeurs accordent une attention particulière aux compétences démontrées, à l'expérience pratique et à la capacité d'adaptation des nouvelles recrues.

Par ailleurs, l'accès à l'information salariale est plus facile que jamais grâce aux répertoires gouvernementaux, aux enquêtes sectorielles et aux guides salariaux publiés par différents organismes et firmes spécialisées.

Une négociation, une entente

Aborder la question du salaire n'est pas seulement une question de chiffres. Une bonne négociation repose avant tout sur une bonne préparation. Avant une discussion avec un employeur, il peut être utile de se renseigner sur les salaires du secteur, identifier ses compétences distinctives, établir des attentes réalistes et déterminer les éléments négociables. Rappelons également que la négociation peut porter sur plusieurs aspects :

- Le salaire;
- La date de révision salariale;
- L'horaire de travail;
- Les modalités de télétravail;
- Le perfectionnement professionnel;
- Les vacances ou les congés;

- Certaines allocations ou avantages.

L'objectif demeure de parvenir à une entente satisfaisante pour les deux parties, dans une perspective de collaboration à long terme.

En conclusion

La rémunération est un élément important du choix d'un stage ou d'un emploi, mais elle n'est qu'une composante de l'expérience professionnelle. En 2026, une décision éclairée repose sur l'analyse de l'ensemble des conditions offertes, des possibilités de développement et de la compatibilité entre le poste, les aspirations professionnelles et la réalité personnelle.

Bien informée, une personne étudiante ou diplômée sera davantage en mesure d'évaluer sa valeur sur le marché du travail, de défendre ses intérêts avec confiance et de construire un parcours professionnel à la hauteur de ses ambitions.

Vous aimeriez obtenir un point de vue éclairé sur ces renseignements? Discutez-en avec votre conseillère!

UQAR, Emploi stage – Julie Bonenfant, C.O., Marie-Pascale Morin, C.O., MÀJ Août 2026.
Crédit photo: enago.com
Cet article et ses liens hypertextes sont disponibles sur Le Poste: https://emploi.uqar.ca