



État de la situation Covid-19

En cette période de pandémie qui nous affecte tous d'une manière ou d'une autre, nous souhaitons sincèrement que chacun d'entre vous se porte bien. Comme la situation perdure et que de nouvelles inquiétudes peuvent se développer au fil du temps, voici 2 tableaux des ressources disponibles dans la région et qui pourraient vous aider à effacer vos craintes.

GUIDE DES RESSOURCES

POUR LES CITOYENNES ET CITOYENS DE LA MRC DE COATICOOK

COVID-19: AVEZ-VOUS DES INQUIÉTUDES?

OUI
NON

 MORAL ET DÉTRESSE PSYCHOLOGIQUE <small>(ANGOISSE, DÉPRESSION, STRESS)</small>	 INSÉCURITÉ FINANCIÈRE <small>(REVENU, DÉPENSES, BUDGET)</small>	 BESOINS ALIMENTAIRES <small>(POPOTE, DÉPANNAGES, ÉPICERIES)</small>	 SANTÉ ET COVID-19 <small>(INFOS COVID-19, CONSULTATIONS)</small>
OUI	OUI	OUI	OUI
<div style="background-color: #f0f0f0; padding: 5px; border: 1px solid #ccc; margin-bottom: 5px;"> ACCUEIL PSYCHOSOCIAL 819 849-9102, poste 57344 </div> <div style="background-color: #f0f0f0; padding: 5px; border: 1px solid #ccc;"> INFO-SOCIAL 8-1-1 option 2 </div>	<div style="background-color: #f0f0f0; padding: 5px; border: 1px solid #ccc; margin-bottom: 5px;"> MESURES D'AIDES ÉCONOMIQUES pour particuliers </div> <ul style="list-style-type: none"> prestation d'assurance-emploi prestation canadienne d'urgence programme incitatif pour la rétention des travailleurs essentiels autres <p style="font-size: x-small; text-align: center;"> www.Canada.ca www.Quebec.ca </p>		

MESURES D'AIDES ÉCONOMIQUES
 pour entreprises

Chambre de commerce : 819 849-4733
MRC de Coaticook : 819 849-9166
Rues Principales : 819 849-9677
SADC : 819 849-3053

 CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE 819 849-7011 **POPOTE ROULANTE** (poste 225) **DÉPANNAGE ALIMENTAIRE** (poste 239) *Si vous êtes en attente de revenus, n'hésitez surtout pas à faire appel à l'aide alimentaire. Service confidentiel et livraison disponible en cas de besoin.* Connaissez-vous les services offerts par les épicerie, dépanneurs et restaurants de la région? Consultez le tableau des commerces ouverts sur le site web de la MRC de Coaticook au: www.mrcdecoaticook.qc.ca | **CLINIQUE MÉDICALE** 819 849-4808 - information sur la COVID-19 - information sur le dépistage de la COVID-19 - consultations pour patients avec ou sans médecin de famille **EN CAS D'URGENCE, COMPOSEZ LE 9-1-1** **INFO COVID-19 :** 1 877 644-4545 **RV POUR UN TEST (ESTRIE) :** 1 844 721-6094 || **MAISON DES JEUNES DE COATICOOK** www.fb.com/mayzcoaticook - ANIMATION DES MÉDIAS SOCIAUX - RENCONTRES VIRTUELLES **MAISON DES JEUNES DE WATERVILLE** www.fb.com/mdjwativille - ANIMATION DES MÉDIAS SOCIAUX - RENCONTRES VIRTUELLES **FAMILLES & PARENTS ACCOMPAGNATRICE DE MILIEU** 819 943-3823 - CAFES-RENCONTRES VIRTUELS **ADULTES & JEUNES TRAVAILLEUR DE RUE** 873 662-1544 **AÎNÉS TRAVAILLEUR DE PROXIMITÉ** 819 345-0877 **AGRICULTEURS TRAVAILLEUSE DE RANG** 1 450 788-6995 | **JEVI :** 1 866 277-3553 **JEUNESSE, J'ÉCOUTE :** 1 800 668-6868 24/7 **SECOURS-AMITIÉ :** 819 564-2323 **SOS VIOLENCE CONJUGALE :** 1 800 363-9010 24/7 | Si jamais votre situation change, n'hésitez pas à appeler la ligne **Info-Social au 8-1-1 option 2.** Vous pouvez aussi consulter l'ensemble des ressources disponibles avec une brève description de services à l'endos. |

Le Fouineur

BESOINS DE BASE

Aide alimentaire et popote roulante
CAB : 819 849-7011
Dépannages : poste 239 | Popote : poste 225

Transport
Acti-Bus : 819 849-3024
Taxi 300 (+livraison) : 819 849-2552
W Transport et taxi (+livraison) : 819 821-0823

Soins des personnes âgées et répit
Aide à domicile : 819 849-7716

Électricité
Hydro-Coaticook : 819 849-2721
Hydro-Québec : 1 888 385-7252

DÉTRESSE ET ISOLEMENT

Pour tous
Secours-Amitié Estrie : 819 564-2323

Aggression et violence conjugale
Aggression Estrie - CALACS : 819 563-9999 24/7
SOS Violence conjugale : 1 800 363-9010 24/7

Drogue : aide et référence
1 800 265-2626 24/7

Gestion de la colère
Le seuil : 819 821-2420

Hommes
Momenthom : 819 563-0303

Jeunes
Jeunesse, J'écoute : 1 800 668-6868 24/7
Tel-jeunes : 1 800 263-2266 24/7

Parents
TDAH-Estrie : 819 565-7131, poste 2 ou 3
Ligneparents : 1 800 361-5085 24/7

Prévention suicide
Jevi : 1 866 277-3553
Tel-Aide : 1 514 935-1101 24/7

Proches aidants
Info-Aidant : 1 855 852-7784
Société Alzheimer : 819 821-5127

RESSOURCES LOCALES EN LIGNE

Maison de la famille Coaticook
facebook.com/maisondefamillecoaticook

APHC+ (personnes handicapées)
facebook.com/aph.coaticook

Éveil Coaticook (santé mentale)
facebook.com/evailcoaticook

CJE MRC Coaticook (emploi / 16-35 ans)
facebook.com/cjemrccoaticook

EN CAS DE DOUTES

Clinique médicale de Coaticook : 819 849-4808
Accueil psychosocial : 819 849-9102, poste 57344
Info-Social : 8-1-1 option 2 24/7
Urgence : 9-1-1 24/7

TRAVAILLEURS DE PROXIMITÉ :
Famille : 819 843-3823
Jeunes et adultes : 873 662-1544
Aînés : 819 345-0877
Agriculteurs : 1 450 768-6995

EN SAVOIR PLUS...

PAGE FACEBOOK
MRC de Coaticook - coronavirus/COVID-19
Page Facebook de votre municipalité

ORGANISMES COMMUNAUTAIRES
www.ressourcescoaticook.com

ÉTAT DE LA SITUATION
MRC DE COATICOOK
www.mrcdecoaticook.qc.ca

RESSOURCES
TÉLÉPHONIQUES
& EN LIGNE

S'ORIENTER: PÉRIODE DE LA COVID-19

AVRIL 2020

MRC DE COATICOOK



Grand tirage de la santé Desjardins (CHUS) pour La Fondation du CSSS de la MRC-de-Coaticook

La période de vente des billets pour le Grand tirage de la santé Desjardins de CHUS est arrivée!!! Habituellement, une équipe de bénévoles vend ces billets dans les commerces ou de porte à porte, mais avec la situation actuelle, c'est impossible. Nous nous tournons donc vers la vente en ligne! Voici le lien pour vous procurer vos billets, 20\$ pour 3 chances de gagner: <https://www.simplyk.io/ticketing/5e8cdba8e0eea201a872ed62>

En bref

Compost pour vos jardins

Le compost sera disponible dans la semaine du 11 mai (date à déterminer). Comme à l'habitude vous pourrez aller vous le procurer, armés de vos pelles et sacs, sur le terrain en face du 56, rue de la Confédération.

Distribution d'arbres

Malheureusement, le ministère de Forêts, de la Faune et des Parcs a annoncé cette semaine que la distribution d'arbre n'aura pas lieu cette année.

Interdiction de feux à ciel ouvert

Étant donné la situation, il est présentement interdit de faire des feux à ciel ouvert. Cette interdiction vise à préserver la capacité opérationnelle de la SOPFEU et celle des services de sécurité incendie municipaux durant la pandémie, et ce, en limitant les risques de propagation du virus lorsque les pompiers répondent à des alertes. Les feux dans des foyers munis d'un pare-étincelle sont permis

Le jour de la terre avait lieu le 22 avril dernier. Habituellement, les élèves de l'école sillonnent les rues du village afin de ramasser les déchets qui s'accumulent au cours de l'hiver. Comme l'école est fermée pour les raisons que l'on connaît, quelques jeunes de la municipalité ont pris l'initiative de faire l'exercice cette semaine, en prenant soin évidemment de respecter les règles de distanciation.



Service d'animation estivale

Avec toute l'incertitude entourant le service d'animation estival pour l'été 2020, la page Facebook du camp Kionata est le meilleur endroit pour vous tenir informé de l'évolution de la situation. Vous pouvez également y poser vos questions.



Forêt Hereford



En ces temps de pandémie, l'ensemble des sentiers pédestres et de vélo de montagne ainsi que les accès publics sont fermés dans la Forêt communautaire et au Mont Hereford, et ce, à la demande des autorités. Il faut éviter d'inciter les gens à se déplacer d'autres régions et à se retrouver dans des rassemblements publics (par exemple au sommet du Mont Hereford ou dans les différents stationnements). De plus, les sentiers étant de largeur restreinte, il serait difficile dans plusieurs cas de respecter les 2 mètres de distanciation demandés. Il faut également mentionner que les premiers répondants et le réseau de la santé ont d'autres priorités actuellement que de rescaper et soigner un randonneur perdu et blessé en forêt. Et finalement, tous les sentiers sont boueux : il est donc de toute façon préférable de les éviter à ce temps-ci de l'année. Nous ne connaissons pas actuellement à date d'ouverture de nos sentiers mais elle vous sera diffusée dès que possible dans notre page Facebook.

À cela s'ajoute également que tous les chemins forestiers de la Forêt communautaire Hereford sont fermés durant le dégel, afin de minimiser les bris aux infrastructures. Normalement, ils devraient rester fermés jusqu'à la mi-mai, incluant le chemin Centennial menant au sommet du Mont Hereford.

Les développements récréotouristiques pour les activités de plein-air se poursuivront en 2020. Des investissements de plus de 170 000 \$ sont prévus pour l'aménagement de nouveaux sentiers et de nouvelles installations. Ces travaux s'inscrivent dans un vaste projet de plus de 600 000 \$ se terminant cette année et visant à générer de nouvelles retombées économiques dans nos milieux. En 2020, de nouveaux sentiers pédestres et de vélo de montagne seront aménagés dans le secteur de la Chute à Donat à East Hereford. Aussi, un nouveau stationnement pédestre et 6 nouveaux km de sentiers pédestres ouvriront à Saint-Herménégilde, au chemin Centennial (secteur du Mont Hereford).

Rappel concernant le VTT pour l'été 2020

Pour vous déplacer en VTT dans les chemins de la Forêt Hereford, vous devez être membres-quadistes ou membres-chasseurs au Club de chasse et pêche Hereford.

Le VTT n'est permis que dans les chemins forestiers seulement, pour des raisons de **conservation**.

Les véhicules de types *VTT-racer* et *motocross* ne sont pas permis dans la Forêt Hereford.



Si vous êtes intéressés à passer du temps dans la montagne, en contribuant à nos corvées d'entretien de sentiers, de reboisement, de plantations de glands de chênes, ou d'inventaires d'espèces particulières, contactez-nous (dany.senay@forethereford.org ou 819 578-4605) : nous sommes toujours à la recherche de bénévoles intéressés à contribuer à notre mission communautaire bien particulière.

Nous vous rappelons de consulter la page Facebook de la Forêt Hereford pour être informés des dernières nouvelles concernant la Forêt communautaire Hereford :

<https://www.facebook.com/forethereford/> .

Dany Senay

Le Fouineur

Une belle expérience vous attend

Un camp de voile pour les 12-16 ans. Seras-tu du voyage?

La Fondation Tillotson (Tillotson North Country Foundation Inc.) basée à Colebrook NH offrira à nouveau cette année à des adolescent(e)s de notre région la possibilité de participer, tout à fait gratuitement, à un camp de voile sur une goélette de 137 pieds de long, le *Roseway*. Son port d'attache est Boston et il naviguera vers le Rhode Island du **5 au 15 juillet 2020**. Ce camp d'une valeur de 3 100\$US est une chance unique pour un jeune de chez nous de vivre une telle expérience. En 2019, deux adolescents de notre région ont profité d'une expérience unique. Ils ont pu élargir leurs horizons sur le monde, connaître d'autres cultures et accroître leur esprit communautaire.

Quels sont les critères de sélection:

- Aucune expérience de navigation requise
- Désir d'apprendre et de participer
- Attitude positive et force de caractère
- Être résidant du territoire desservi par la Fondation, ce qui inclut les Trois Villages: East Hereford, Saint-Herménégilde et Saint-Venant-de-Paquette

Qui peut participer:

Tous les jeunes âgés de 12 à 16 ans, peu importe la langue parlée ou l'école fréquentée. Ce camp est offert à toutes et à tous, les résultats scolaires n'étant aucunement un critère de sélection.

Pour de l'information supplémentaire et obtenir le formulaire d'inscription, on consulte le

<https://worldoceanschool.org/get-on-board/student-programs/junior-summer-ambassador-program>

Si vous souhaitez participer, vous devez compléter les documents exigés et déposer votre demande **en anglais** à votre bureau municipal au plus tard le **14 mai 2020**. Notez bien qu'en page 4 du formulaire, on demande une rédaction d'une page **en anglais toujours**. Vous pouvez la rédiger en français et la faire traduire par une connaissance. Bien lire ce qui doit faire partie de la rédaction. **Les directeurs de la Fondation reçoivent toutes les rédactions, en font la lecture et les classent par ordre d'excellence. Le cumul des points est le seul critère de sélection.**

Si vous n'avez pas accès à Internet, les bureaux municipaux d'East Hereford, de Saint-Herménégilde et de Saint-Venant-de-Paquette auront en main les formulaires d'inscription ainsi que les informations pertinentes.

À vos voiles!

Ginette White et Diane Lauzon Rioux

Pour la Tillotson North Country Foundation Inc.



Le Fouineur

Le programme Summer Ambassador: Été 2019

Par Lili-Rose Plafter et Thomas Stirniman, traduit de l'anglais par François Bouchy-Picon

Le 10 août dernier, depuis un quai de Boston, nous sommes embarqués sur le voilier Roseway pour une incroyable aventure. Un départ vers l'inconnu sans aucune connaissance sur la navigation, laissant nos familles et notre confort de côté, en échange d'une immersion anglaise, de nouveaux amis à se faire et d'un bateau qui deviendrait rapidement notre nouvelle demeure. Un itinéraire qui nous a porté de Boston à New York en passant par Provincetown et autres îles côtières.

Nous avons vu des dauphins, des baleines et même un mola mola. Nos arrêts nous ont permis de faire divers travaux comme jardiner, taguer des oiseaux côtiers et donner des effets scolaires aux plus démunis. Les soirées passent rapidement entre les chants, les parties d'UNO et les baignades en mer. A bord du Roseway, nous avons tissé des souvenirs et des amitiés qui resteront ancrés dans nos mémoires longtemps. Nous tenons à remercier les Municipalités d'East Hereford, de Saint-Venant-de-Paquette et de Saint-Herménégilde qui nous ont fait découvrir ce projet qu'ils offrent aux jeunes chaque année grâce aux fonds Tillotson.



The Summer Ambassador Program 2019

By Lili-Rose Plafter and Thomas Stirniman

On August 10 from the Boston dock, we boarded the Roseway sailboat for a fascinating adventure. A departure toward the unknown without any knowledge of navigation while leaving our families and home comfort aside. This, in exchange for enjoying English language immersion, making new friends and discovering a boat that would quickly become our new home. A journey that took us from Boston to New York, passing through Provincetown and other ports of call.

Each day had its share of projects and discoveries. We learned to work on the boat while listening to the sea and nature. We saw dolphins, whales and even a mola mola. Our layovers allowed us to do various jobs such as gardening, tagging coastal birds and handing out school supplies to those that need them most. Evenings passed quickly between the singing, UNO's parties and swimming in the ocean. On board the Roseway, we built memories and developed friendships which will remain in our minds for a long time. We would like to express our gratitude to the municipalities of East Hereford, Saint-Venant-de-Paquette and Saint-Herménégilde who allowed us to discover this program that is offered to young people each year, thanks to the Tillotson funds.



Le Fouineur

Projets de rénovations et de construction

Avec l'arrivée du beau temps, arrivent aussi les projets pour embellir ou améliorer notre propriété. Vous pouvez soumettre vos projets et vos questions à Justin Doyle, notre inspecteur en bâtiment et environnement par courriel au inspectionjd@outlook.com. Il se fera un plaisir à répondre à vos questions et vous guider dans vos projets

Les amis du patrimoine

Les soupers-spectacles ont dû être annulés ou reportés pour la saison 2020. Ça ne veut pas dire pour autant que les Amis du patrimoine vont chômer. Le sentier poétique et la maison de l'arbre pourront éventuellement ouvrir en respectant certaines normes édictées par la sécurité publique.

Pour plus de détails, suivez la page web

<http://www.amisdupatrimoine.qc.ca/index.php>

Ou la page Facebook

Amis de St-Venant



Fermeture des cloches de récupération de vêtements du CAB

Le Centre d'action bénévole tient à rappeler que son service de récupération de linge est suspendu le temps de la crise de la COVID-19. Aussi, il est demandé à la population de ne pas déposer de sacs de vêtements autour des cloches de récupération. Ce linge ne sera pas ramassé par le CAB et sera jeté à la poubelle. Il vaut mieux garder le linge à la maison jusqu'à la reprise du service.



Merci de votre collaboration et de votre civisme.

Bibliothèque



Comme les mesures de confinement entourant la COVID-19 se prolongent, nous vous invitons à profiter des services numériques disponibles via le site web du Réseau BIBLIO de l'Estrie:

<https://www.reseaubiblioestrie.qc.ca/fr>

Contes en ligne, livres audio et numériques... Chacun trouvera de quoi se divertir!!!



Le 2 mai 2020 de 10h00 à 11h30
Heure de Conte *Spécial Gestion des émotions*



Le 3 mai 2020 à 10h15
Conte virtuel

La bibliothèque d'East Hereford demeure fermée jusqu'à nouvel ordre, mais les livres et la lecture demeurent importants pour le côté pédagogique et éducatif aussi bien que pour se divertir. Nous vous encourageons donc à profiter de tout ce que peut offrir le site de Réseau Biblio de l'Estrie. Bonne lecture!

Calendrier des événements

Pour le moment, les activités sont soit annulées, soit reportées. Nous vous tiendrons au courant lors de la reprise des événements.

Le Fouineur *Bulletin d'information*

East Hereford :

819 844-2463

St-Venant-de-Paquette :

819 658-3660

Vous pouvez nous soumettre articles et photos en tout temps.

direction@easthereford.ca