

ENSEMBLE *pour bâtir...*



Journal communautaire, par et pour la population d'Évain (Québec, Canada), depuis 1977

ENSEMBLE *pour bâtir...*

Vol. 44, N° 4



Tirage : 1800 exemplaires

Mai 2020

Journal communautaire, par et pour la population d'Évain, depuis 1977

Des bénévoles de la Croix-Rouge



**Parution de mai 2020
Web seulement**

Le journal « Ensemble pour bâtir » de mai 2020 (Vol. 44, No 4) n'a pas été imprimé sous son format papier habituel. Toutefois, en cette période de confinement dû au coronavirus, nous avons préparé et reçu de nombreux articles qui auraient normalement fait partie de notre journal de mai. Voici ces articles qui ont été publiés dans notre site Web journal-ensemble.org.



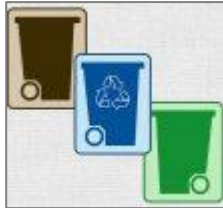
Maryse Lessard et Marc Brisson, bénévoles de la Croix-Rouge

Des bénévoles de la Croix-Rouge, présents dans notre quartier Évain... (page 4)



La voiture de l'espoir

Une limousine avec un arc-en-ciel se déplace dans la ville, pour encourager et donner du bonheur aux gens... (page 5)



COVID-19 — Gestion des matières résiduelles

Votre collaboration est demandée afin de protéger les employés chargés des collectes sélectives... (page 7)



Le coronavirus : qu'en est-il autour de nous ? (24 mars 2020)

Un aperçu de la situation dans les résidences pour aînés de Rouyn-Noranda et à l'épicerie d'Évain... (page 8)



Se rapprocher du soleil

Au printemps, à Évain, profiter du soleil malgré la neige... (page 9)



Coronavirus — On se protège

On se protège contre le coronavirus, en se lavant les mains et en s'isolant à la maison... (page 10)



Un grand merci à nos entreprises

Merci aux principaux commanditaires du journal Ensemble... (page 11)



Prix d'excellence pour le Provigo Nicolas Pichette

Prix pour des performances exceptionnelles en sécurité alimentaire... (page 12)



Annulation des activités dans les églises

Les célébrations et les activités publiques sont temporairement annulées dans les églises du Québec... (page 13)



Avril : mois du Défi Santé

Avoir une bonne alimentation, faire des activités physiques et prendre soin de soi... (page 14)



Nouvelles du Club de l'Âge d'Or d'Évain

Étant donné la pandémie, nous avons dû annuler plusieurs fêtes et activités... (page 15)



Message du Cercle de Fermières Évain

L'exposition locale prévue le 14 mai 2020 à Évain est malheureusement annulée... (page 15)



Des nouvelles de votre bibliothèque d'Évain

En plus des nouveautés, voici quelques sites Web qui devraient vous permettre d'avoir plusieurs choses à lire... (page 16)



Le Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes peut vous aider

Aide sur les étapes pour porter plainte dans le réseau de la santé et des services sociaux... (page 17)



Faire respecter ses droits en santé

Dans notre système de santé québécois, quels sont les droits des usagers ? (page 18)



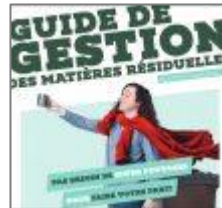
Désagréments lors de promenades printanières

Lors de nos marches de santé, nous rencontrons souvent des promeneurs accompagnés de jolis toutous, mais... (page 19)



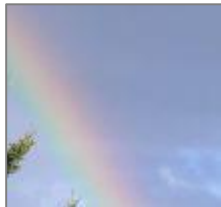
Une étincelle de vie, de Jodi Picoult

Notes de lecture, un roman si bien construit qui présente les arguments pro et antiavortement de façon très humaine... (page 19)



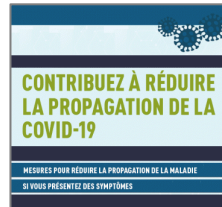
Que faire de vos matières résiduelles ?

Un aide-mémoire vous indique les choix à faire pour la réutilisation, le recyclage ou le compostage... (page 20)



Au sujet de la distanciation sociale

Que signifie cette expression ? Est-ce un anglicisme ? (page 21)



Contribuez à réduire la propagation de la Covid-19

Mesures à prendre pour endiguer la maladie et quoi faire si vous présentez les symptômes... (page 22)



Se protéger, ça sauve des vies

Toussez dans votre coude, jetez vos mouchoirs, lavez vos mains, gardez vos distances, restez à la maison... (page 23)



La Ville de Rouyn-Noranda maintient les services essentiels

Accès limité à la MRC de Rouyn-Noranda, fermeture de bâtiments municipaux, liste des services essentiels... (page 24)



Comment obtenir un permis de construction ?

Prendre un permis par Internet ou par téléphone, pour des travaux sur votre propriété à Rouyn-Noranda... (page 26)



Des arcs-en-ciel, des messages d'espoir

L'arc-en-ciel est un symbole universel qui annonce que les beaux jours vont revenir... (page 27)

MARYSE LESSARD ET MARC BRISSON, BÉNÉVOLES DE LA CROIX-ROUGE



Mme Maryse Lessard et M. Marc Brisson, tous deux bénévoles à la Croix-Rouge. Crédit photo : Réjean Guoin.

Par Réjean Guoin

12 avril 2020

En ces temps de confinement, nous entendons beaucoup parler de ces « anges » et il est clair qu'ils ont tous notre plus grande admiration.

Ceci dit, nous avons dans notre quartier Évain des personnes qui, discrètement, depuis nombre d'années, veillent à prendre soin de nous en cas de catastrophe, des bénévoles qui n'hésitent pas à venir en aide à la population locale ou même à aller porter assistance ailleurs dans la région, quand le besoin se fait sentir.

Monsieur Marc Brisson et madame Maryse Lessard sont tous deux bénévoles pour la Croix-Rouge. Ils font partie de l'Équipe d'intervention services aux individus (EISI), depuis plusieurs années.

Marc Brisson travaillait à Hydro-Québec pour les mesures d'urgence. Il avait ciblé cet organisme après avoir assisté à un colloque sur la sécurité civile. Après avoir acquis les qualifications requises, il est formé comme superviseur et il s'implique depuis maintenant plus de six ans.

Pour sa part, Maryse Lessard est active à la Croix-Rouge depuis la mise sur pied d'une équipe d'intervention à Rouyn-Noranda, et ce, depuis une dizaine d'années. Elle était de ceux qui ont aidé lors de la tragédie de Lac-Mégantic, des inondations à St-Jean-sur-Richelieu et de celles de Gatineau dans les dernières années. Avec quatre autres membres de son équipe, elle a travaillé sur le terrain lors de l'arrivée des Syriens à Montréal.

La Croix-Rouge, mieux connue autrefois pour la formation et les cliniques de sang, intervient maintenant avec ses nombreux bénévoles lors de sinistres majeurs tels qu'inondations, tremblements de terre, feux, verglas, etc. ainsi qu'avec leurs équipes d'intervention d'urgence (EISI) dont Maryse et Marc font partie.

L'équipe (EISI) de la Croix-Rouge canadienne - Québec section Abitibi, peut compter sur une douzaine de bénévoles dans la MRC de Rouyn-Noranda. Elle est appelée à intervenir en moyenne une quinzaine de fois sur son territoire. Elle a comme mission de procurer un secours d'urgence pour une période de 72 heures de façon à redonner espoir aux sinistrés et offrir réconfort, hébergement, habillement et alimentation au besoin.

Pendant ce temps de Covid-19, les bénévoles de l'Abitibi restent disponibles pour toute urgence à laquelle ils pourraient être demandés d'intervenir. Ils le feront selon les précautions et recommandations émises par la Direction des Services aux bénévoles de la Croix-Rouge canadienne.

Article paru dans le journal **Ensemble pour bâtir**, sur le Web en mai 2020 et dans le journal papier de l'été 2020.

LA VOITURE DE L'ESPOIR



Par Jacques Archambault

11 avril 2020

Tantôt stationnée près de l'église Saint-Bernard d'Évain, ensuite en avant du supermarché Provigo à Évain, cette voiture de marque Lincoln Towncar affiche le symbole ARC-EN-CIEL de SOLIDARITÉ et d'ESPOIR (les 5 et 6 avril 2020). Un grand merci à son propriétaire.



Cette initiative vient des gens de Remorquage Camden à Rouyn-Noranda. Depuis le 25 mars 2020, leur limousine se déplace devant les résidences de personnes âgées, près de l'hôpital, à la Ressourcerie Bernard Hamel et à d'autres lieux de la ville, toujours dans le but d'encourager et de donner du bonheur aux gens.

Dans Facebook, vous pouvez suivre le parcours de la limousine « ÇA VA BIEN ALLER! » : <https://www.facebook.com/Remorquage-Camden-434266416692416/>

En voici un extrait (25 mars 2020) : « Parce que nous avons une pensée spéciale pour les gens qui ont perdu leur emploi, parce que nous nous soucions des personnes âgées et tous ceux qui sont en isolement ou qui sont malades, parce que nous croyons qu'avec la qualité de notre personnel de la santé, nous sommes en limousine pour affronter cette pandémie! Et surtout parce que nous en sommes convaincus que ÇA VA BIEN ALLER! »

Article paru dans le journal **Ensemble pour bâtir**, sur le Web en mai 2020 et dans le journal papier de l'été 2020. Crédit photo : Jacques Archambault.

COVID-19 - GESTION DES MATIÈRES RÉSIDUELLES

20 mars 2020

Merci à tous ceux qui prennent en charge la gestion des matières résiduelles à Rouyn-Noranda. Pour protéger ces personnes contre la COVID-19, la Ville de Rouyn-Noranda demande votre collaboration.



Les mouchoirs dans des sacs fermés dans la poubelle

Tous les mouchoirs, masques, gants et lingettes doivent obligatoirement être mis dans des sacs fermés dans les bacs verts. Vous ne devez jamais les laisser en vrac, ni dans le bac brun ni dans le bac vert. De plus, les lingettes ne doivent pas être déposées dans la toilette afin d'éviter le blocage des égouts.



Cette consigne est temporaire, mais très importante. Le contenu d'un bac ne respectant pas ces consignes ne serait pas ramassé.

Évitez les déplacements répétitifs à l'Écocentre

À l'Écocentre Arthur-Gagnon, on reçoit les produits domestiques dangereux et les encombrants inutiles. En période estivale, l'Écocentre est ouvert du mardi au samedi, de 9 h à 17 h. Notez aussi que le lieu d'enfouissement technique sur le rang Lusko est fermé au public.

- Pour suivre les mises à jour de la Ville : <http://rouyn-noranda.ca/covid-19...>

LE CORONAVIRUS : QU'EN EST-IL AUTOUR DE NOUS ? (AU 24 MARS 2020)

Par Diane Gaudet Bergeron

Mesures de protection

Pour freiner la propagation du coronavirus, il est fortement recommandé aux gens, principalement aux personnes de plus de 70 ans, de rester à la maison. Alors, j'ai fait un survol des mesures appliquées autour de nous, afin de vous tenir informés de la situation dans le quartier Évain et la ville de Rouyn-Noranda.

Les résidents du quartier semblent rester de plus en plus chez eux, le trafic diminue.



Dans les résidences pour aînés

"Dans la résidence *Les Jardins du Patrimoine*, tout va pour le mieux", de me dire un ami qui y habite. Il ajoute que des mesures d'hygiène accrues sont instaurées. Il n'est plus permis de jouer aux cartes en groupe ou encore de faire des casse-têtes, mais ces mesures plus exigeantes sont rassurantes. Les résidents ont encore la permission de sortir, mais cela pourrait changer avec les nouvelles directives gouvernementales. Les gens s'évitent dans les passages et respectent la distance recommandée entre eux. Les gens sont respectueux des consignes.

Une amie vivant au *Bel Âge* me dit que, malgré le confinement qui se resserre de plus en plus, elle se sent en sécurité. Elle mentionne que le personnel s'occupe bien des usagers et que la nourriture est bonne. Lors de ses périodes d'ennui, elle va faire un tour de voiture. Elle est chanceuse d'avoir encore son véhicule. Par contre, les dernières mesures de sécurité ne lui donneront plus la possibilité de sortir, afin de s'assurer qu'aucune personne n'en rencontre d'autres à l'extérieur et ne transmette le virus.

Mon ami, chez *Bleu Horizon*, s'amuse sur son Facebook et publie ses souvenirs. C'est sa façon à lui de participer et de désennuyer ses amis et les résidents de la place. Lui qui a amassé des photos et des cartes d'affaires lors de ses rencontres à travers le monde, il fait du rangement dans ses coffres anciens. Il dit : "À la résidence, ça va bien, malgré la résistance de certains à vouloir sortir, connaissant les consignes. La salle à manger est fermée et les repas sont tous servis dans nos appartements comme dans les grands hôtels. Si nous voulons de la nourriture, nous pouvons commander chez Provigo. Avec une commande de 500 \$ et plus, ils viennent livrer."

À l'épicerie

À l'épicerie *Provigo d'Évain*, le propriétaire Nicolas Pichette n'a que des félicitations à transmettre à la population. Les gens agissent de façon responsable. Aucune course folle, rien de déroutant. Ils se lavent les mains, respectent une distance importante entre eux, tout va pour le mieux. De son côté, les mesures d'hygiène sont accrues. "Les paniers sont nettoyés par un employé, les rayons sont lavés plus souvent, ça sent le javellisant à la grandeur du magasin", de me dire M. Pichette.

Aucun retour de cannettes n'est accepté, une seule caisse accepte l'argent, la préférence allant vers le paiement par carte. Aucun attroupement n'est permis, l'épicier n'accepte pas plus de 40 personnes au même moment dans le Provigo, mais tout se déroule sans anicroche. Les directions de certaines bannières songent à imposer des heures spécifiques

aux gens plus âgés, afin d'avoir accès à l'épicerie à des heures moins encombrées. M. Pichette les invite à s'y présenter le matin.

Celui-ci mentionne qu'aucun produit n'est manquant, même les produits nettoyeurs sont en tablette. Les prix n'ont pas changé. Il remercie les gens qui offrent leur aide et ses employés d'être au poste, ainsi que la population pour son bon comportement lors d'une telle pandémie.

Les cloches des églises

Le mercredi 25 mars 2020, à 19 h 30, les cloches des églises sonneront pendant dix minutes, un peu partout, afin de nous unir dans une même prière, de porter un geste de solidarité collective, message de confiance et d'espoir. On nous invite à allumer une bougie pour accompagner le son des cloches.

Beaucoup de commentaires sur Facebook incitent les personnes de plus de 70 ans à rester à la maison, cependant elles doivent manger. À moins d'avoir de la famille pour faire leurs emplettes ou la possibilité de commander et faire livrer, elles doivent se déplacer. Si vous ne voulez pas les rencontrer, pouvez-vous le faire à leur place ?

Pour plus d'informations : www.quebec.ca/coronavirus

SE RAPPROCHER DU SOLEIL



Crédit photo : Réjean Gouin.

Par Réjean Gouin

23 mars 2020

Même si c'est impossible présentement d'aller se prélasser dans le sud, certains de nos concitoyens et concitoyennes trouvent des façons originales de se rapprocher du soleil tout en respectant la politique de distanciation sociale, comme nous le montrent Julie Robert et Sylvain Lefebvre avec leur chien Drago sur la rue Marcotte, à Évain (Abitibi, Québec). Bravo !

La maladie à coronavirus (COVID-19)
cause une infection respiratoire
pouvant comporter les symptômes suivants :



Fièvre



Toux



Difficultés
respiratoires

On se protège!

Lavez-vous les mains souvent à l'eau tiède courante et au savon pendant au moins 20 secondes. Utilisez un désinfectant à base d'alcool si vous n'avez pas accès à de l'eau et à du savon.

Restez à la maison : n'allez pas à l'école, au CPE ou à la garderie. Évitez si possible les endroits publics et privilégiez le télétravail.

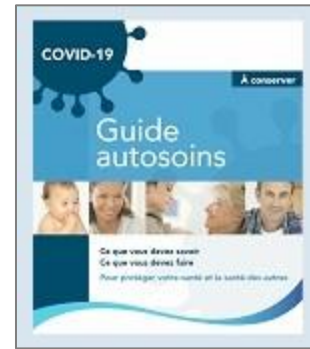
Protégez vos proches, particulièrement les aînés et les personnes vulnérables, en évitant de leur rendre visite si vous êtes malade.

Il est recommandé à toute personne qui revient d'un pays étranger de s'isoler à la maison pour une période de 14 jours et de surveiller ses symptômes.

[Québec.ca/coronavirus](https://quebec.ca/coronavirus)

 1 877 644-4545

Dans la page d'informations suggérée en page précédente, <http://quebec.ca/coronavirus>, remarquez le lien « Guide auto-soins - COVID-19 ».



Vous y trouverez un fichier PDF à télécharger pour vous guider face à cette maladie, en présentant des moyens de prévention et des conseils santé, avec de bonnes recommandations pour se soigner et soigner son entourage (comme les médicaments à éviter et les mesures d'hygiène à prendre).

UN GRAND MERCI À NOS ENTREPRISES

Le journal *Ensemble pour bâtir* est distribué gratuitement à 1800 copies, 10 fois par année, dans le quartier Évain (Rouyn-Noranda, Québec). Avec une exception toutefois : le journal *Ensemble pour bâtir* de mai 2020 n'a pas été produit sous son format papier habituel, en raison de la pandémie Covid-19. Mais les articles du mois ont tous été publiés sur notre site www.journal-ensemble.org.

Un grand merci à nos principaux commanditaires qui, grâce à leur publication régulière dans notre journal, nous aident à conserver la vitalité de celui-ci et nous permettent de vous donner mensuellement des nouvelles de notre quartier Évain.

Julien Gauthier
EXCAVATION
R.B.Q. : 2462-4488-42



Tél. : 819-768-2421
Cell. : 819-768-6949
Fax. : 819-768-2428

3865, Rang des Cavaliers
Rouyn-Noranda (QC), J0Z 1Y2

Simplement pour vous
Esthétique - Massothérapie



Isabelle Nackers
Propriétaire

65, avenue Victor
Quartier Évain, Rouyn-Noranda
Tél. : 819-763-1531
Sur rendez-vous
Lundi au Jeudi : 9 h à 21 h
Vendredi : 9 h à 17 h

FRANCIS GAUTHIER inc.
RBO : 8329-2037-10



terrassément

819 768-2690

255, ave. Lafontaine, Rouyn-Noranda, Québec

Plastiques INDUSTRIELS
G+Plus inc.



EXPLOITEZ LA FORCE G

Stephan Tapp
Directeur Développement des Marchés

Tél. sans frais : 1.866.797.9436
Télec. sans frais : 1.877.797.4421
Local & Inter.: +1.819.768.8888

Cell : 705 495.7698
stephan@plastiquesgplus.com
www.plastiquesgplus.com

180, rue d'Évain
Rouyn-Noranda, Qc, Canada J0Z 1Y0

Chez Gibb

Bières de microbrasserie
Mets cuisinés sur place

chezgibb.com
info@chezgibb.com
facebook.com/chezgibb



T. 819.768.2954
F. 819.768.2490

25, rue d'Évain
Rouyn-Noranda (QC) J0Z 1Y0

PRIX D'EXCELLENCE POUR LE PROVIGO NICOLAS PICHETTE

Par Diane Gaudet Bergeron

28 mars 2020

Un prix d'excellence en sécurité alimentaire fut accordé au Provigo Nicolas Pichette d'Évain en 2019. Et depuis, les mesures d'hygiène ont encore été accrues. Soyons fiers de notre épicerie de quartier.



Photos : gracieuseté.

ANNULATION DES ACTIVITÉS DANS LES ÉGLISES



Église Saint-Bernard d'Évain. Crédit photo : Louise Villeneuve.

8 avril 2020

Suite aux mesures pour éviter la propagation de la Covid-19, l'Assemblée des évêques catholiques du Québec a publié un communiqué demandant que les messes du samedi soir, du dimanche et les célébrations dominicales de la parole soient annulées dans toutes les paroisses.

Les messes sur semaine et celles dans les résidences des personnes âgées sont aussi annulées. Les baptêmes, mariages et funérailles sont également reportés. De plus, toutes les célébrations de la semaine sainte sont annulées.

- Communiqué de l'Assemblée des évêques catholiques du Québec :
<https://evequescatholiques.quebec/>
- Annulation des activités publiques dans les églises du diocèse de Rouyn-Noranda :
<http://diocese-rouyn-noranda.org/>

Pendant cette période de confinement, les gens sont invités à écouter la messe télévisée et à utiliser d'autres ressources dans Internet.

- Le Diocèse de Québec présente des ressources pour la vie spirituelle, comme la messe via la télé, la radio, le Web :
<https://www.ecdq.org/covid-19-ressources-spirituelles-pour-nos-communautés/>
- Voici des ressources pour le dimanche :
<https://evequescatholiques.quebec/fr/news-item/des-ressources-pour-le-dimanche>
- Tandis que le diocèse de Rouyn-Noranda prépare des vidéos pour la semaine sainte :
<http://diocese-rouyn-noranda.org/spip.php?article1277>

AVRIL : MOIS DU DÉFI SANTÉ

Par Louise Villeneuve

9 avril 2020

Chaque année, en avril, de nombreuses activités étaient organisées par les municipalités du Québec pour le « Mois Défi Santé ». Mais, cette année, les rassemblements sont interdits et les écoles sont fermées.

Alors un très grand nombre de personnes se sont mises à la tâche afin de vous offrir des vidéos de mise en forme, des recettes santé, des conseils de ressourcement et beaucoup plus, accessibles par Internet. Le confinement peut donc devenir une période pour prendre soin de soi.



Parmi les activités suggérées, la marche demeure une méthode efficace pour demeurer en forme et en bonne santé mentale. Mais attention à toujours respecter les consignes de base de la distanciation sociale, c'est-à-dire éviter les attroupements et demeurer à deux mètres de distance des autres.

Voici les objectifs du Défi Santé :



Manger mieux : plus de fruits et de légumes.



Bouger plus : au moins 30 minutes par jour.



Garder l'équilibre : demeurer zen.

En avril 2020, dans une page Web de la Ville de Rouyn-Noranda, des capsules d'entraînement avaient été préparées par des entreprises de Rouyn-Noranda (Momentum, Aéroforme et Mudra Espace Sportif).

Voici plus d'informations sur le Défi Santé :

<https://defisante.ca/> et <https://www.facebook.com/defisante>

NOUVELLES DE L'ÂGE D'OR D'ÉVAIN

Par Marie-Claire Dickey

13 avril 2020

Étant donné la pandémie de la Covid-19, nous sommes tous confinés à la maison.

Malheureusement, nous avons dû annuler la fête des 80 ans, ainsi que les brunchs jusqu'en septembre, à moins que nous puissions recevoir pour celui de juin... à suivre.

Nous annulons également toutes nos activités jusqu'en septembre, donc pas de jeux d'été cette année. Nous reviendrons en poste à la fin du mois d'août.

Nous vous prions de suivre les directives données par notre gouvernement. N'oubliez pas de rester chez vous, cela sauvera des vies !

En tant que citoyens et citoyennes, nous sommes tous concernés.

Bon été à tous !



Au Centre communautaire d'Évain

MESSAGE DES FERMIERES ÉVAIN

Par Claudette Chassé

17 avril 2020

Suite aux dernières mesures annoncées par le gouvernement du Québec visant à freiner la propagation du COVID-19, les Fermières ont cessé leurs activités jusqu'à nouvel ordre.

Le Cercle de Fermières Évain avait prévu la tenue d'une exposition locale, le 14 mai 2020, au Centre communautaire d'Évain, afin de vous présenter leurs défis réalisés durant l'année : de magnifiques pièces au tricot, au crochet, en couture, de tissage et de bricolage. Malheureusement, cette exposition est annulée pour le moment.



Sachez que la santé et la sécurité de nos membres demeurent notre priorité. Les Fermières vous disent de respecter les consignes : demeurer à la maison, se laver les mains, garder votre distance lors de vos sorties et garder le sourire.

Nous vous invitons à nous suivre sur notre site Facebook ([Cercle de Fermières Évain](#)).

Nous sommes tous ensemble dans cette épreuve. Malgré cette période difficile, on garde le moral. Tout est temporaire.

COURAGE À TOUS... OUI, ÇA VA BIEN ALLER...

DES NOUVELLES DE VOTRE BIBLIOTHÈQUE D'ÉVAIN

Par Réjean Gouin

14 avril 2020

Bibliothèque municipale d'Évain

Au Centre communautaire d'Évain, 100, rue Leblanc, Rouyn-Noranda.

Voici une liste de quelques nouveautés et quelques sites Web qui devraient vous permettre d'avoir plusieurs choses à lire, autres que les nouvelles de vos amis Facebook.

- <https://lireligne.net/>
- <https://www.monbestseller.com/auteur/liste/roman>
- <https://www.edition999.info/LIRE-GRATUITEMENT-un-livre.html>

Pour d'autres suggestions, il vous suffit de taper « à lire gratuitement en ligne ».

Romans adultes

- **Là où chantent les écrevisses** de Delia Owens
- **Mission Arctik : Corbeau** de Elie Hanson
- **Juste derrière moi** de Lisa Gardner
- **Il préférerait les brûler** de Rose-Aimée Automne T. Morin
- **L'institut** de Stephen King
- **Ma bucket list** de Sylvie G
- **Le cabaret** de Marylène Pion
- **La route du lilas** de Éric Dupont
- **Couleurs de l'incendie** de Pierre Lemaitre
- **Vers d'autres rives** de Dany Laferrière
- **Le tombeau d'Hercule** de Andy McDermott
- **Trois réveils** de Catherine Perrin
- **Celle qui pleurait sous l'eau** de Niko Tackian



Documentaires et biographies

- **La vie secrète des arbres** de Peter Wohlleben
- **Sénateur, moi ?** de André Pratte
- **L'enfer d'une fille de rue** de Isa-Belle St-Sauveur
- **Greta : La voix d'une génération** de Viviana Mazza

Voilà pour ce qui est des nouveautés. Si vous vous ennuyez de la bibliothèque, soyez assuré que les bénévoles ont hâte de vous revoir !

Voici le site Web de notre bibliothèque : sites.google.com/view/biblev/

LE CENTRE D'ASSISTANCE ET D'ACCOMPAGNEMENT AUX PLAINTES PEUT VOUS AIDER

Par Julianne Pilon

15 avril 2020

Qu'est-ce que le CAAP ? C'est le Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes dans le réseau de la santé et des services sociaux. Malgré la qualité de nos services en santé et services sociaux, il peut arriver que vous soyez insatisfait d'un ou des services reçus.

Dans ce cas, vous pouvez utiliser le régime d'examen des plaintes où le commissaire aux plaintes et à la qualité des services va traiter les plaintes en premier recours. Mais pour diverses raisons, vous pouvez avoir besoin d'aide, par exemple pour la gravité de votre cas, le degré de votre insatisfaction, la complexité du réseau, votre insécurité face au système, etc. Dans ce cas, le CAAP est là pour vous aider.

Comment ?

Qu'est-ce que le CAAP peut faire pour vous ? D'abord vous informer sur vos droits. Les intervenants vont vous écouter concernant la situation vécue et vous aider à y voir plus clair. Ils vont vous informer sur les étapes à suivre, comment procéder, à quelle porte frapper si vous décidez de porter plainte. Ils sont en mesure de vous soutenir dans un processus de conciliation. Avec vous, ils peuvent clarifier les motifs de votre plainte et la rédiger au besoin. À chaque étape, ils vont vous assister, vous accompagner et vous conseiller. Vos choix seront toujours respectés.

Les droits en santé et services sociaux s'appliquent à une douzaine d'établissements ou d'organismes assujettis au Régime d'examen des plaintes. Ceux-ci peuvent être publics, privés, et même communautaires. Quelques exemples : centre hospitalier, CLSC, services ambulanciers, résidences privées pour aînés, CHSLD publics ou privés, etc. Et toute autre personne ou tout organisme avec lesquels les établissements collaborent c'est-à-dire médecins, pharmaciens, dentistes, infirmières et autres.

Les services du Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes sont professionnels et confidentiels. Ils sont également gratuits. Le CAAP donne aussi de l'information à la population en général par des conférences, des dépliants et documents, des campagnes de sensibilisation, etc.

Le CAAP est un organisme régional en Abitibi-Témiscamingue. On peut rejoindre ses conseillers au 819 797-2433. Visitez son site au www.caapat.com.



FAIRE RESPECTER SES DROITS EN SANTÉ

Par Julianne Pilon

15 avril 2020

Notre système de santé est compliqué, tout le monde en conviendra. Il fait de plus en plus appel à des ressources spécialisées en région et hors région. Les bénévoles y ont une grande place, il suffit de penser au maintien à domicile. Il devient dès lors important de bien connaître vos droits afin de recevoir les services adéquats surtout que l'on a de moins en moins de temps à consacrer à l'usager.



Crédit photo : Pixabay.

Quels sont donc les droits des usagers tels que reconnus par la loi ?

- Le droit d'être informé sur les services existants et sur la façon de les obtenir;
- le droit de recevoir des services adéquats sur le plan scientifique, humain et social, avec continuité et de façon sécuritaire et personnalisée;
- le droit de choisir le professionnel ou l'établissement dont vous recevrez les services;
- le droit de recevoir des soins en cas d'urgence;
- le droit d'être informé sur votre état de santé ainsi que les solutions possibles et leurs conséquences avant de consentir à des soins;
- le droit d'être informé, le plus tôt possible, de tout accident survenu au cours d'une prestation de services;
- le droit d'être traité avec courtoisie, équité et compréhension, dans le respect de votre dignité, de votre autonomie, de vos besoins et de votre sécurité;
- le droit d'accepter ou de refuser des soins de façon libre et éclairée, personnellement ou par l'entremise de votre représentant;
- le droit d'accès à votre dossier, lequel demeure confidentiel;
- le droit de participer aux décisions qui vous concernent;
- le droit d'être accompagné ou assisté d'une personne de votre choix lorsque vous désirez obtenir des informations sur les services;
- le droit de porter plainte, sans risque de représailles, d'être informé sur la procédure d'examen des plaintes et être accompagné ou assisté à toutes les étapes de vos démarches;
- le droit d'être représenté, pour tous vos droits reconnus, advenant votre inaptitude temporaire ou permanente;
- le droit pour les personnes d'expression anglaise de recevoir des services dans leur langue, suivant le programme d'accès gouvernemental.

Si vous êtes insatisfait d'un service ou d'un professionnel de la santé, il existe une procédure pour faire connaître votre insatisfaction, et même pour porter plainte. Vous pouvez vous adresser directement au service concerné s'il s'agit d'un commentaire.

Si vous désirez porter plainte, vous devez vous adresser au Commissaire aux plaintes et à la qualité des services, auprès de votre Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) : <https://www.cisss-at.gouv.qc.ca/question-commentaire-plainte/>. Il existe aussi un organisme communautaire qui peut vous aider dans votre démarche : <https://www.caapat.com/>

Les renseignements contenus dans cet article ont été tirés de documents du CISSSAT.

DÉSAGRÉMENTS LORS DE PROMENADES PRINTANIÈRES

Par Raymonde Poitras

16 avril 2020

Puisque nous devons rester chez nous, beaucoup de gens en profitent pour faire des marches de santé. Beau temps, mauvais temps, nous rencontrons des promeneurs qui sont souvent accompagnés de jolis toutous.

Malheureusement, nous avons remarqué un certain laisser-aller pour le ramassage du caca de ces toutous. Nous devons donc marcher en faisant bien attention où nous mettons les pieds.

Rappelez-vous, c'est un geste de civisme que de ramasser les excréments de votre chien. Pensez aux autres qui croiseront votre chemin ! Merci de votre collaboration !



NOTES DE LECTURE : UNE ÉTINCELLE DE VIE, DE JODI PICOULT

Par Julianne Pilon

17 avril 2020

17 h. Dans un centre gynécologique où l'on pratique des avortements, la tension est à son paroxysme. Des jeunes filles sont tenues en otage par George Goddard, un militant antiavortement. Elles sont là depuis des heures. L'une d'entre elles a été tuée. Le gynécologue est blessé.

Le policier Hugh McElroy tente de négocier avec le preneur d'otages. Cette négociation est d'autant plus difficile et délicate qu'un des otages est Wren, sa fille de 15 ans. Il obtient de son chef de proposer un échange. Il veut prendre la place de sa fille. Le tueur accepte cet échange. Wren sort dans la cour en compagnie de Goddard. Son père les rejoint. Il doit déposer son arme par terre. Des tireurs d'élite sont en place. Wren s'avance vers les policiers et « il appuie sur la détente » (page 57).

Tout s'arrête et par une curieuse construction, l'auteur du roman **Une étincelle de vie**, Jodi Picoult, recule dans le temps jusqu'à 16 h et il va en être ainsi d'heure en heure jusqu'à 8 h du matin, quand tout a commencé.

Au fil des heures 16, 15, 14 h, etc. l'histoire de chacun des personnages défile. Pourquoi le docteur Louie Ward, gynécologue, catholique qui va à la messe tous les dimanches, pratique-t-il des avortements ? C'est aussi l'histoire d'Olive qui a été tuée, Joy, l'amie, Janine, la militante antiavortement, Izzy, l'infirmière, Wren qui ne veut qu'un contraceptif. Pourquoi George a-t-il pris ces personnes en otage ? Qui est Beth, jeune fille hospitalisée parce qu'elle s'est avortée elle-même et que le procureur veut accuser de meurtre ? Devient-elle la victime d'une cause ?

Au fil des heures 13, 12, 11 h, etc. les misères et les motivations des femmes qui se font avorter sont expliquées. Le roman présente les arguments pro et antiavortement de façon très humaine.



Une étincelle de vie est tout de même un plaidoyer en faveur de la liberté de choix, comme on le verra dans l'épilogue quand on apprend qui a tiré le dernier coup de feu.

Un livre très bien écrit malgré sa présentation non conventionnelle. Un livre d'actualité sur une question qui ne semble jamais tout à fait réglée, comme l'a démontré la dernière élection fédérale canadienne où ce fut un des sujets controversés.

QUE FAIRE DE VOS MATIÈRES RÉSIDUELLES ?

Par Julianne Pilon

18 avril 2020

Nous n'en sommes pas encore à zéro déchet. Alors il faut bien s'occuper de nos matières résiduelles qu'elles soient recyclables ou non. Pour faciliter les choix de ses citoyens, la Ville de Rouyn-Noranda, avec son service **Visez Vert**, a préparé un *Guide de gestion des matières résiduelles*.

Pas besoin de super pouvoir pour faire votre part. Eh ! bien, voyons cela. Un aide-mémoire vous indique les choix qui s'offrent à vous.

1. Réutilisation

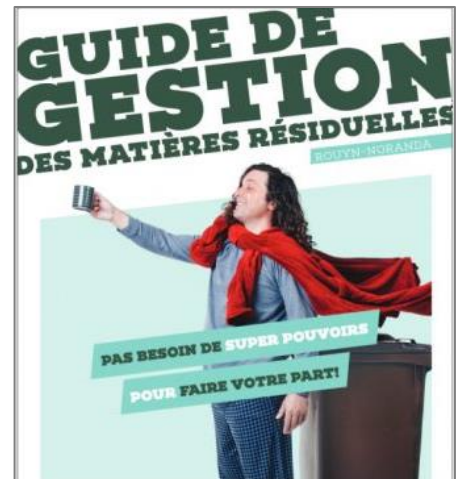
L'objet peut-il servir à d'autres personnes ou à d'autres usages ? Par exemple, les meubles à la Ressourcerie Bernard Hamel, les livres chez Corcovado, les vêtements d'enfants à la garderie, etc.

2. Recyclage

L'objet est-il un contenant, un imprimé ou un emballage ? S'il n'est pas souillé, selon le petit triangle, dans le bac bleu.

3. Compostage

Le déchet se mange-t-il ? Si oui, le bac brun.



Après quelques informations générales, le Guide passe aux matières organiques dont environ 40 à 45 % composent nos matières résiduelles. Qu'est-ce que je mets dans mon bac brun ? Quels sont les résidus alimentaires admissibles ? Les viandes crues sont-elles admissibles ? Le Guide donne sept trucs pratiques pour avoir une gestion des matières organiques efficace.

Les matières recyclables à Rouyn-Noranda sont acheminées dans un centre de tri performant. Qu'est-ce que je mets dans mon bac bleu ? Tout objet en papier, en carton, en verre ou en métal. Les plastiques portant le petit triangle avec les numéros 1, 2, 3, 4, 5, et 7. Mais le numéro 6, en particulier le styromousse, est exclu. Quatre trucs pratiques faciliteront le travail des trieurs. Les matières recyclables doivent être déposées en vrac.

Le Guide vous parle ensuite du rôle de l'Écocentre Arthur-Gagnon, comment y avoir accès et comment vous départir de vos encombrants. Il énumère quatre moyens de vous départir de ces articles volumineux. Que faire de vos feuilles d'arbres, du gazon et de l'arbre de Noël ? Mettez ces deux nouveaux mots à votre vocabulaire environnemental : *herbicyclage* et *feuillicyclage*.

Pour informations : info.visezvert@rouyn-noranda.ca ou la ligne **Info-Visez Vert 819-797-7114**.

Mais un bon moyen de répondre à vos questions est de consulter le *Guide de gestion des matières résiduelles* disponible sur le site de la Ville de Rouyn-Noranda, à partir de la page *Accueil Visez Vert* : <http://www.ville.rouyn-noranda.qc.ca/fr/page/accueil-visez-vert/>

AU SUJET DE LA DISTANCIATION SOCIALE

Par Louise Villeneuve

18 avril 2020

Depuis quelques semaines, une nouvelle expression s'est répandue. Mais que signifie exactement « distanciation sociale » ? Est-ce un anglicisme ? Cette expression est reconnue et définie clairement par l'**Office québécois de la langue française**. Elle est utilisée en épidémiologie pour désigner un ensemble de mesures visant à réduire les contacts entre les individus, dans le but d'éviter la transmission d'une maladie contagieuse. En plus de maintenir une distance de deux mètres entre les personnes, la distanciation demande d'éviter les déplacements et les rassemblements.

Il existe au Québec un bel exemple de confinement réussi. Il y a plus de 100 ans, lors de la grippe espagnole, le village de Baie-Johan-Beetz sur la Côte-Nord s'est mis en quarantaine. Ce village serait le seul endroit, au Canada, où la maladie n'a emporté personne !

Source : http://gdt.oqlf.gouv.qc.ca/ficheOqlf.aspx?Id_Fiche=26557739...

CONTRIBUEZ À RÉDUIRE LA PROPAGATION DE LA COVID-19

28 avril 2020

Consultez l'adresse canada.ca/le-coronavirus

Vous y trouverez des informations sur l'écllosion de la maladie, la prévention, les symptômes, le traitement, les voyages, le soutien financier, ainsi que de nombreuses ressources.

SE PROTÉGER, ÇA SAUVE DES VIES

28 avril 2020

À l'adresse Web Québec.ca/coronavirus, vous trouvez une multitude d'informations à propos de la maladie à coronavirus (COVID-19), comme :

- Consignes d'isolement;
 - déplacements entre les régions;
 - programmes d'aide gouvernementaux;
 - fermeture des écoles et des services de garde;
 - liste des services et activités prioritaires;
 - **guide autosoins - COVID-19**;
 - une foire aux questions et beaucoup plus...
-

CONTRIBUEZ À RÉDUIRE LA PROPAGATION DE LA COVID-19



PRENEZ CES MESURES POUR RÉDUIRE LA PROPAGATION DE LA MALADIE À CORONAVIRUS (COVID-19) :



Suivez les conseils de votre autorité locale de santé publique.



Lavez vos mains fréquemment avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes.



Utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool lorsqu'il n'y a pas d'eau et de savon sur place.



Évitez de vous toucher les yeux, le nez ou la bouche.



Évitez les contacts rapprochés avec des personnes malades.



Toussez et éternuez dans le creux de votre bras et non dans vos mains.



Restez à la maison autant que possible et si vous devez sortir, assurez-vous de respecter les consignes d'éloignement physique (environ 2 mètres).

SYMPTÔMES

Les symptômes de la COVID-19 peuvent être très faibles ou graves, et leur apparition peut survenir jusqu'à 14 jours après l'exposition au virus.



FIÈVRE

(supérieure ou égale à 38 °C)



TOUX



DIFFICULTÉ À RESPIRER

SI VOUS PRÉSENTEZ DES SYMPTÔMES



Restez à la maison et isolez-vous pour éviter de transmettre la maladie à d'autres.



Évitez de visiter des personnes âgées ou des personnes ayant des problèmes de santé, car elles sont plus susceptibles de développer une maladie grave.



Téléphonez avant de vous rendre chez un professionnel de la santé ou appelez votre autorité locale de santé publique.



Si votre état s'aggrave, appelez immédiatement votre professionnel de la santé ou votre autorité de santé publique et suivez ses instructions.

POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS SUR LA COVID-19 :

☎ 1-833-784-4397

@ canada.ca/le-coronavirus

La maladie à coronavirus (COVID-19)
cause une infection respiratoire
pouvant comporter les symptômes suivants :



Fièvre



Toux



Difficultés
respiratoires

Se protéger, ça sauve des vies.



Toussez dans
votre coude



Jetez vos
mouchoirs



Lavez
vos mains



Gardez vos
distances



Restez
à la maison

[Québec.ca/coronavirus](https://quebec.ca/coronavirus)

📞 1 877 644-4545

LA VILLE DE ROUYN-NORANDA MAINTIENT LES SERVICES ESSENTIELS

29 avril 2020

Fermeture temporaire de bâtiments municipaux

En avril 2020, la Ville de Rouyn-Noranda a fermé l'accès au public à tous ses bâtiments municipaux. Les activités sportives, culturelles et de loisirs ont également été suspendues pour la même période. Cette action était prise de façon préventive, afin de freiner la propagation du coronavirus (en mars 2020).

Parmi les bâtiments fermés au public, il y avait l'hôtel de ville, les bibliothèques, les centres communautaires, les arénas, le bureau d'information touristique et le Théâtre du cuivre.

À partir du 1^{er} juin 2020, certains bâtiments de la Ville de Rouyn-Noranda sont ouverts au public, avec différentes mesures de sécurité. Pour plus d'informations, voir la page :

<http://rouyn-noranda.ca/covid-19/>



Maintien des services essentiels

Tous les bureaux de la Ville de Rouyn-Noranda étaient fermés, à l'exception de :

- Services des incendies et de la sécurité civile
- Sûreté du Québec
- Les services de voirie
- Le traitement des eaux potables et usées
- Les aqueducs et égouts
- La collecte des matières résiduelles
- L'aéroport (avec de nombreuses mesures supplémentaires)

Plus d'informations

Sur le site de la Ville de Rouyn-Noranda, vous trouverez plus d'informations sur les bâtiments fermés et sur les services actifs, dans la page spéciale COVID-19 qui est mise à jour régulièrement. Vous y verrez aussi comment joindre les services municipaux.

<http://rouyn-noranda.ca/covid-19>

Pour mieux connaître les procédures à suivre :
<http://quebec.ca/coronavirus>

**INFO
COVID-19**

Pour connaître les informations à jour concernant la Ville en lien avec la COVID-19, visitez le www.rouyn-noranda.ca/covid-19

Pour plus d'information :
www.quebec.ca/coronavirus


Ville de
Rouyn-Noranda

Caravane alimentaire et aide aux courses

Le Centre d'action bénévole de Rouyn-Noranda, <http://www.benevolern.com/>, offre plusieurs services pour aider les gens en situation de vulnérabilité ou de confinement, comme :

- La livraison de repas froids ou congelés préparés par le CAFÉE Les Transformeurs : <https://www.benevolern.com/services/caravane-alimentaire>
- De l'aide pour faire leur épicerie et certaines courses essentielles : <http://www.benevolern.com/news/id/49>

Aide disponible

Pour compléter le tout, voici un document où vous trouverez des numéros de téléphone pour obtenir de l'aide en cas de besoins alimentaires, financiers, familiaux ou sociaux. Ce sont des ressources pour tous et des ressources spécialisées :

http://www.ville.rouyn-noranda.qc.ca/donnees/media/fichiers/Services%20aux%20citoyens/Covid-19/Fiche_ressources_disponibles_RN8.pdf



Pour plus d'informations :

- www.quebec.ca/coronavirus
- Si vous éprouvez des symptômes, téléphonez au **1-877-644-4545**

COMMENT OBTENIR UN PERMIS DE CONSTRUCTION ?

Besoin d'un permis ? Planifiez vos travaux !

À Rouyn-Noranda, un permis de construction ou un certificat d'autorisation est requis pour :

- Des travaux de construction, de rénovation, d'agrandissement ou de modification d'un bâtiment principal ou secondaire...
- Pour la rénovation de galerie, clôture, toiture, fenêtre, porte, revêtement extérieur, piscine, spa et autre...
- Pour l'ajout d'une enseigne, d'une installation septique, pour le forage d'un puits et l'abattage d'arbre...



PLANIFIER SES TRAVAUX C'EST PERMIS!

Vous prévoyez effectuer des **travaux de construction** ou de **rénovation** sur votre propriété?
Informez-vous dès maintenant pour l'obtention d'un permis ou d'un certificat d'autorisation!



EN LIGNE
rouyn-noranda.ca/permis



PAR TÉLÉPHONE
Info-Permis 819 797-7568



Ville de
Rouyn-Noranda

Pour connaître les documents nécessaires à l'obtention d'un permis, consultez le site Web de la Ville de Rouyn-Noranda, à la section *Service aux Citoyens*, option *Permis - Formulaires de demande de permis et information* : <http://www.ville.rouyn-noranda.qc.ca/fr/page/demande-de-permis/>

Le bureau des permis est rouvert à partir du 2 juin 2020, avec certaines restrictions, mais on suggère toujours de privilégier les services en ligne.

Le permis n'est pas nécessaire pour changer une fenêtre, rénover une salle de bain ou réparer une galerie.

DES ARCS-EN-CIEL, DES MESSAGES D'ESPOIR



Rue Géliveau, Évain, Rouyn-Noranda. Crédit photo : Réjean Gouin.

Par Louise Villeneuve

23 mars 2020

Ça va bien aller !

Un peu partout, de l'Italie jusqu'au Québec, des enfants (et des adultes) dessinent des arcs-en-ciel et les placent dans leur fenêtre, souvent avec ces mots « Ça va bien aller ! » ou avec le mot-clic « #cavabienaller ».

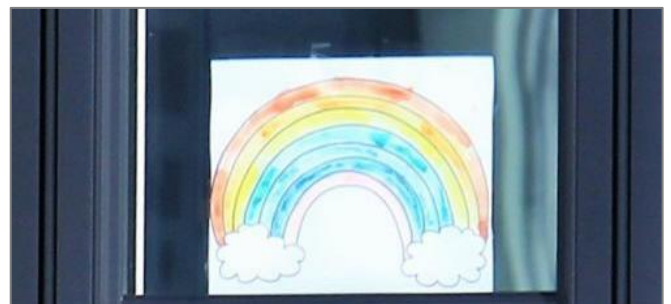
En cette période de confinement, le fait de colorer un arc-en-ciel devient une activité porteuse d'encouragement, avec un grand impact positif. On reste à la maison, mais on demeure créatif et solidaire; on encourage ses voisins à être confiants et à sourire.

L'arc-en-ciel est en effet un symbole universel qui annonce que les beaux jours vont revenir.

Voici quelques-uns des arcs-en-ciel dans le quartier Évain (Rouyn-Noranda, Québec). Ces photos ont été prises par M. Réjean Gouin.



Rue Rocheleau



Rue Payeur



Rue Dubois



Rue Rocheleau



Rue d'Évain



Rue Rocheleau



Rue Morel



Rue Victor



Rue Marcotte



Rue Cotnoir



Rue Rocheleau



Rue de la Montagne



Rue Dubois



Rue Payeur



Rue Rocheleau



Rue Gélinas



Rue Rocheleau



Rue Rocheleau



Rue Bertrand