

RE/MAX Distinction *Ça va bien aller!* ACHETEUR/VENDEUR **Tranquillité GRATUIT**



Mélanie Truchon 418 965-7364
Christian Truchon 418 964-6435
Caroline Truchon 418 965-7344

485, boul. Lafèche, Baie-Comeau G5C1C4
Franchisé indépendant et autonome de RE/MAX Québec

CLINIQUE DE DENTUROLOGIE
ÉRIC HURTUBISE d.d.

Prothèse complète ou partielle
Sur rendez-vous seulement
749, Beaulieu, Sept-Îles
418 962-1333 • 1 800 563-1334



A&W **CHEF-D'ŒUF** — AVEC JAMBON — sur croissant

Vous pouvez avoir le beurre et le croissant au beurre.

Nous sommes heureux de vous servir à notre service au volant, salle à manger fermée pour un temps indéterminé.

Ouverture de 6 h à 22 h
7 jours sur 7

DÉJEUNER SERVI TOUTE LA JOURNÉE 719, boul. Laure 418 968-0488




ATELIER LA FORGE *Ça va bien aller!* **Aventures** 138

1167, boul. Laure Sept-Îles 418 962-6051



restaurant **L'oriental du Nord** Menu du jour complet du Mardi au Vendredi

1006, boulevard Laure • 418 968-6080



Audrey B. Lachapelle & Jessy Brisson
pharmaciennes propriétaires affiliées à

Jean Coutu
Place de Ville, 770, boulevard Laure
Livraison : 418 962-3333



LOGEMENTS *pour votre confort* **LOGEMENTS À LOUER**

CÔTE-NORD 418-960-0250 418-960-4480

www.logementscotenord.ca



Un tour du monde qui tourne court

Page 4



On protège aussi la santé mentale de nos jeunes!

Information et conseils à l'intérieur.

Votre gouvernement Québec

- Une Septilienne à New York page 3
- Situation difficile pour les entreprises pages 7 et 8

La seule agence immobilière septilienne locale.

ROYAL LEPAGE
ROYAL LEPAGE COURTIER IMMOBILIER AGIRER
PERFECTION

99 % DE LA RÉTRIBUTION AU COURTIER DEMEURE À SEPT-ÎLES. QUAND VOUS ACHETEZ OU VENDEZ VOTRE PROPRIÉTÉ. VOUS AUSSI POUVEZ FAIRE VOTRE PART POUR L'ACHAT LOCAL.

73, NAPOLÉON, SEPT-ÎLES G4R 3L3 418 968-3900 royallepage-perfection.ca




- Dentisterie familiale complète
- Prothèses dentaires fixes ou amovibles
- Service d'orthodontie et Invisalign
- Service d'implantologie
- Restaurations céramiques CEREC
- Service de parodontie et soins des gencives
- Chirurgie, anesthésie générale
- Radiographie numérique 3D

Ça va bien aller!

Ouellet & Duret
CLINIQUE DENTAIRE



Chapeau

aux entrepreneurs qui contribuent à rendre le monde meilleur pendant cette crise!

On reste à la maison s'il n'y a pas d'urgence.



Formothane
POLYVALENCE & DURABILITÉ

Depuis 40 ans à Sept-Îles

- Spécialisé dans la fabrication de composantes de précision en polymère et plastique industrielle et pièces de remplacement.
- Atelier d'usinage qui transforme les polymères.

Présentement nous réussissons à tirer notre épingle du jeu en fournissant des produits fabriqués en plexiglass et Lexan aux entreprises qui figurent parmi les produits et services essentiels.



Pascal Beaulieu, prop. • 410, Perreault, Sept-Îles, Tél: 418 968-2626

Si on sort, on garde 2 mètres de distance.

NorCristal
vitrierie

Depuis 1982, nous participons au développement de notre région dans ses meilleurs moments comme dans ses plus difficiles...

est fière de participer à la protection de tous et chacun avec des écrans de plexi glass et Lexan .

Nous avons des solutions adaptées et esthétiques afin de s'agencer à votre environnement



360, avenue Perreault, Sept-Îles • 418 968-8796

Au retour à la maison, on se lave les mains.

Fabriqué ici même à Port-Cartier !

Ce gel antibactérien est incroyablement doux pour les mains et ce même à 66% d'alcool ! Il est fabriqué avec des ingrédients de très haute qualité dont de l'alcool à 99%, du gel d'aloès pur de qualité cosmétique ainsi que des huiles essentielles pures et de la vitamine E pour encore plus d'hydratation! Fabrication artisanale.

Terminé les mains gercées ...



Caprice Animal



Disponible chez Caprice Animal

Ouvert de midi à 17 h ou sur livraison Port-Cartier (tous les jours) et Sept-Îles (samedi) .

Soyez sans crainte, nous en avons de très grandes quantités • 418-766-0066

Nous sommes toujours là pour vous ... Un grand merci pour votre confiance depuis toutes ces années!

Marise St-Gelais et son équipe

52, rue Élie-Rochefort,
Port-Cartier

Si on veut protéger les autres, on porte un masque et on respecte les consignes précédentes.

Les idées de KAMA_{enr.}

Je suis une petite PME jeune de 3 ans; un atelier de couture qui offre la réparation de tout genre en passant par les vêtements allant aux meubles et véhicules récréatifs (bateaux, motoneiges, vtt voiture). Couture de tout genre, réparations, rembourrages, recouvrements, cordonnerie, confection idées cadeaux , articles de décoration, confection à partir de tissus et vêtements recyclé.

MASQUES MAISON

Suite à cette pandémie, j'ai décidé de me lancer dans la confection de masques maison. Après des recherches d'approbations pour le matériel les voilà avec filtre !!!
Pour information : 418 964-6333

Un merci énorme à mes bénévoles qui m'ont donné de leur temps et de leur cœur pour l'aide apportée à la production et livraison de masques. **En 4 jours...plus de 1000 en commande !!**



En ces temps difficiles, Minerai de Fer Québec est fière de souligner la contribution et la solidarité des entrepreneurs de la Côte-Nord, sincères remerciements de la part de tous les employés.

Ça va bien aller!



MINERAI DE FER QUÉBEC
QUEBEC IRON ORE



COVID-19

Une Septilienne dans un New York calme et silencieux

Qui aurait dit un jour que ce serait le calme plat dans la Grosse Pomme, son Manhattan, son Brooklyn? New York est plongée au cœur de la pandémie de la COVID-19, comme à bien des endroits dans le monde. Ce qui détonne, ce qui frappe, c'est le rythme auquel les décès s'accumulent. Des centaines et des centaines par jour. New York, c'est l'épicentre américain du coronavirus. Stefany Fortin, Septilienne d'origine, y vit depuis cinq ans. Qui prend mari, prend pays! Depuis le 12 mars, elle est submergée par un quotidien inimaginable.

Sylvain Turcotte

s.turcotte@lenord-cotier.com



« C'est étrange un New York calme et silencieux », laisse entendre, au bout du fil, la femme de 37 ans, mère d'un petit garçon de 2 ans et demi, Soren. Tout ce qui est audible dehors, au loin, c'est

le bruit des sirènes, celles des services d'urgence.

De sa fenêtre, du haut de son appartement dans Brooklyn, celle qui est thérapeute de profession, en mode « téléthérapie », a été habituée à l'affluence aux portes du métro, en face de chez elle. Depuis la crise, aux heures de

pointe, elle n'y voit que deux ou trois personnes.

La crise dans cet épicentre des États-Unis apporte son lot d'anxiété chez les gens. Ils mettent rarement le nez à l'extérieur, un extérieur habituellement enchanteur avec ses couleurs printanières. Les endroits publics sont désertés.

Stefany passe souvent deux jours, voire trois, avant de mettre un pied à l'extérieur de son appartement, le temps d'une petite marche familiale. Tellement c'est le calme plat, il est possible de marcher en pleine rue. « Il n'y a pas de balcon dans les immeubles. On se sent en cage. » Même pour sortir du bloc, si quelqu'un est dans l'ascenseur, on attend son tour dans la situation actuelle.

Les commissions, l'épicerie, dans la petite épicerie de quartier, c'est son homme, Paul, qui y va, avec tout l'accoutrement de protection. Il faut y minimiser son temps, et, au retour, c'est la grande opération de nettoyage et de désinfection.

Frappée de près

La native de Sept-Îles, qui a aussi vécu 13 ans à Montréal, n'a pas attrapé le virus, ni même ses deux hommes. Dans leur entourage, leurs

amis, leurs collègues, certains ont été frappés par la COVID-19. Certains en sont même décédés. « Ça génère de l'anxiété d'avoir autant de cas autour de nous », raconte-t-elle.

Les décès continuent de se multiplier dans cet épicentre américain. Les hôpitaux débordent. Des endroits commerciaux et d'affaires comme le Javits Center, ou même sportif, comme le complexe de Flushing Meadows, lieu des Internationaux de tennis des États-Unis, sont devenus des hôpitaux temporaires.

Et au sein de la population, non infectés, ils sont nombreux les New Yorkais à avoir quitté le cœur de la Grosse Pomme pour la banlieue.

« C'est difficile de concevoir comment tout ça s'est transformé en peu de temps », dira Stefany Fortin.

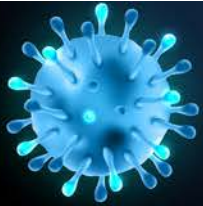


Stefany Fortin et son fils Soren, non loin du pont de Brooklyn et d'un site touristique fort achalandé. En cette crise de pandémie à la COVID-19, c'est le calme plat dans la Grosse Pomme. Seules les sirènes des services d'urgence se font entendre. Photo courtoisie

DU RÉCONFORT
à emporter



1005, boulevard Laure, **Sept-Îles**



COVID-19

Tour du monde qui tourne court

Un manque de contrôle aux aéroports

Partis en juillet 2019, Isabelle Poirier et son fils Jérémy Blouin Poirier, ont dû rentrer précipitamment le 26 mars dernier.

Laurence Dupin

l.dupin@lenord-cotier.com



Isabelle Poirier et son fils Jérémy étaient pleins d'entrain lorsqu'ils sont partis pour leur tour du monde qui devait durer un an mais la pandémie a mis fin au voyage de façon abrupte.

Arrivés en France fin juillet en pleine canicule (43 degrés à Paris), ils ont ensuite visité l'Italie, la Grèce, la Turquie, la Bulgarie, Chypre (pour cinq

jours de repos), Israël au moment de Noël, le Népal pour le jour de l'An, la Malaisie puis Singapour, la Corée, la Grande Bretagne... et c'est là que le voyage s'est arrêté...

« Au Népal, où il y a beaucoup de Chinois, lorsque la pandémie a commencé, nous n'avions pas peur, nous n'étions pas inquiets. En février, nous avons rejoint la Malaisie, mais là cela semblait être plus intense, mais nous ne nous sentions pas encore en danger », précise Isabelle Poirier. « À Singapour, fin février, nous avons commencé à nous poser des questions. Nous pensions juste que nous



Jérémy et Isabelle ont dû rentrer plus tôt que prévu en raison de la pandémie.

allions changer notre itinéraire. Puis nous sommes arrivés en Corée, deuxième pays le plus touché. Nous sommes restés à l'hôtel et avons décidé de changer notre voyage », renchérit-elle. Ils choisissent donc pour destination le Royaume-Uni.

Le voyage s'arrête

« Nous y sommes entrés sans problème avec aucun contrôle de santé comme lors de notre escale aux Émirats arabes unis! » Le projet était d'aller là où le virus ne s'était pas installé.

« Nous avons eu la surprise de voir qu'à Londres il n'y avait aucune mesure de sécurité. Nous y sommes restés une semaine avant de rejoindre Édimbourg en Écosse. C'est à que nous avons

appris les mesures drastiques prises par le gouvernement anglais. Nous sommes donc rentrés le 26 mars », précise Isabelle Poirier.

Rigueur en Asie

Tout au long du trajet Isabelle Poirier a suivi les informations sur les sites des gouvernements. « Ce qu'on y lit n'a rien à voir avec ce que l'on voit aux nouvelles. Les informations sont effrayantes », confie-t-elle.

Ce qu'elle remarque? C'est que les contrôles en Asie étaient très rigoureux avec notamment la prise de température aux aéroports.

Ensuite? Un véritable manque de contrôle en Europe et à son retour. « À Londres aucun contrôle de santé. Et lorsque

nous sommes rentrés au Canada, nous avons fait escale à Toronto : pas de contrôle de température ni de quarantaine. Puis une fois à Montréal, nous avons demandé si nous pouvions aller dormir dans un hôtel arrivant du Royaume-Uni, cela s'est fait sans problème. »

Le retour à Sept-Îles? Même topo. Isabelle et son fils se sont donc d'eux même mis en quarantaine.

Lorsqu'on leur demande leur pire et leur meilleur souvenir? Pour Isabelle le pire est quand il a fallu rentrer. Le meilleur : le Népal, visite la plus enrichissante car tout y est cacophonique, tout y est déconstruit.

Pour Jérémy : le pire souvenir sera le décalage horaire auquel il est très sensible et le fait que partir un an en visite crée une routine dans la découverte qui devient moins intéressante. Le meilleur : tout ce qu'il a appris au cours de ces visites.

« Si la pandémie se calme nous repartirons cet été en France et en Pologne », confie Isabelle.

Mais quoi qu'il en soit, Jérémy intègre un Cégep à la rentrée de septembre en cinéma et création. La maman quant à elle compte bien continuer à voyager mais sur de plus courtes périodes.

VILLE DE SEPT-ÎLES

INTERDICTION DE CIRCULER OU DE STATIONNER DANS UNE PISTE CYCLABLE



La Ville de Sept-Îles rappelle qu'en vertu du règlement municipal n° 2006-91 (article 60):

Il est interdit de circuler ou de stationner avec un véhicule routier dans une piste cyclable entre le 15 avril et le 15 octobre.

Toute personne qui contrevient à cette disposition est passible d'une amende de 100 \$, plus les frais.

Merci de votre collaboration!



ville.sept-iles.qc.ca

SOCIÉTÉ EN NOM COLLECTIF
BESNIER DION RONDEAU
AVOCATS
MÉDIATION FAMILIALE

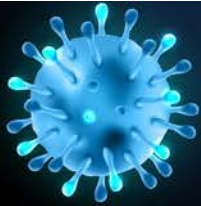
Nous souhaitons aviser notre clientèle que pour la période de la pandémie de la maladie à coronavirus (COVID-19), nous offrons le service de médiation familiale à distance.

N'hésitez pas à communiquer avec nous au 418 962-9775 et 418 961-8052 pour toute information en laissant vos coordonnées.

M^e José Rondeau
Besnier, Dion, Rondeau
865, boul. Laure, Sept-Îles (Qc) G4R 1Y6
Courriel : jrondeau@bdavocats.ca

Plus d'informations

Vous voulez avoir plus d'informations sur le périple d'Isabelle et Jérémy pour rêver un peu en cette période de confinement? Vous pouvez vous rendre sur Internet au coeurdenomade.com/ ou sur Facebook à Cœur de Nomade.



COVID-19

Entretien son véhicule durant la COVID-19

Alors que plusieurs personnes sont forcées de rester à la maison, cela a pour effet que votre voiture restera immobile pendant un long moment. Cette inactivité peut avoir des conséquences négatives sur votre véhicule. Voici donc quelques conseils de CAA-Québec.

Vincent Berrouard

Selon Maxime Dubois, expert des Services-conseils automobile de CAA-Québec, après 3 ou 4 jours d'inactivité, il y aura de la rouille de surface sur les disques de frein. Si cette période devait se prolonger, la corrosion peut endommager sérieusement le système de freinage. Il recommande aussi de faire de la conduite urbaine pour dérouiller les freins.

Pour ce qui est de la batterie, le niveau de charge peut diminuer de façon importante. Si vous avez deux véhicules, Maxime Dubois vous suggère de les utiliser en alternance. De plus, si vous devez sortir pour aller à l'épicerie par exemple, vous devriez rouler au moins une vingtaine de minutes pour bien réchauffer le moteur et permettre à la batterie de se recharger.

L'expert de CAA-Québec nous conseille aussi de garder notre réservoir d'essence au moins au 3/4 plein pour éviter la condensation.

Lorsque les ateliers mécaniques rouvriront Maxime Dubois expert des Services-conseils automobiles de CAA-Québec, nous suggère : « Prenez rendez-vous, ce serait une bonne chose, pour qu'il puisse nettoyer les freins et en même temps surveiller le niveau de charge de votre batterie ».

Pour ceux qui possèdent un véhicule électrique, il est conseillé de vérifier le



Voiture et confinement ne font pas bon ménage durant cette crise de la COVID-19. Crédit photo Pixabay.

manuel du fabricant pour savoir quel est le niveau de charge minimum à conserver.

Pneus d'été

Bien que la pose des pneus d'été soit permise depuis le

16 mars, CAA-Québec vous recommande d'attendre encore avant de les installer.

Tout d'abord, Jesse Caron, expert automobile chez CAA-Québec, nous rappelle qu'en ce moment, les garages qui sont encore ouverts sont là pour offrir des services prioritaires. Ainsi, la pose des pneus d'été n'est pas une situation jugée comme urgente actuellement.

Ensuite, il n'y a pas de risque d'user ses pneus d'hiver présentement. Pour expliquer ce phénomène, Jesse Caron affirme : « Premièrement, on roule beaucoup moins que d'habitude. Deuxièmement, il ne fait pas encore assez chaud pour faire fondre leur gomme ».

La pose des pneus d'été est recommandée lorsque les températures moyennes dépassent 7 degrés Celsius.



Cégep de
Baie-Comeau

PROGRAMMES
TECHNIQUES :

5 EXCLUSIVITÉS NORD-CÔTIÈRES

- ◆ Techniques d'aménagement cynégétique (chasse) et halieutique (pêche)
- ◆ Technologie forestière
- ◆ Soins préhospitaliers d'urgence
- ◆ Technologie du génie civil
- ◆ Techniques d'éducation spécialisée



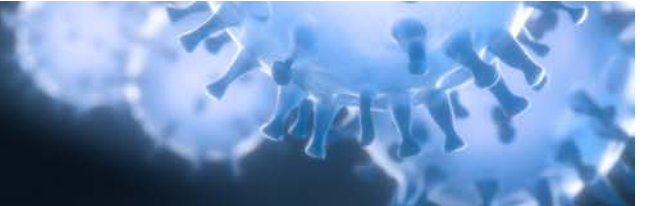
5 BONNES RAISONS D'OPTER POUR NOTRE CÉGEP :

1. Cégep de petite taille à dimension humaine
2. Enseignement personnalisé offert par des enseignants dévoués et passionnés
3. Formations hautement reconnues par les employeurs et le milieu universitaire
4. Diversité de mesures de soutien à la réussite
5. Variété d'activités sportives et socioculturelles

Date limite d'admission au 2^e tour : 1^{er} mai 2020



COVID-19



Merci aux « anges gardiens »!

(ST) Le premier ministre du Québec François Legault le répète depuis le début de la pandémie, les anges gardiens du Québec, ce sont ceux et celles qui sont au front, les travailleurs des services essentiels.

En images, en voici quelques-uns de la région, et sachez que vous avez tous et toutes notre admiration ! Ça va bien aller, ne lâchez pas !



Ce sont eux qui vous font passer les tests au Centre de dépistage mis en place à l'aréna Guy Carbonneau. Il n'y a pas à dire, ils sont au cœur de la situation.



Une des très nombreuses équipes de travail au CISSS de Sept-Îles. Chapeau!



Louis-Philippe Cormier, un des facteurs qui assurent la livraison du courrier, pandémie ou pas.



Valérie Hamilton, auxiliaire familiale à Port-Cartier, continue jour après jour d'aller voir les patients à leur domicile.

Bonne ou mauvaise journée, le personnel de la radiologie du CISS de Sept-Îles est là!



UNE PAGE D'HISTOIRE QUI SE TERMINE POUR MAGALI CUSIN

conseillère en sécurité financière

Ce fût un privilège, très chers clients, de travailler avec vous! Votre confiance m'a permis d'exercer ma profession pendant 33 ans et j'en suis très reconnaissante. Sachez que les liens d'amitiés qui se sont tissés sont chers à mon coeur. Toutefois l'heure est venue de passer le flambeau; c'est ma collègue Milaine Lebel qui assumera le service auprès de vous. Vous saurez apprécier son professionnalisme et son empathie lorsque vous la rencontrerez. Salutations chaleureuses à chacun de vous !



C'est avec un immense plaisir que j'assure la suite auprès de vous chère clientèle afin de vous accompagner dans vos besoins financiers. Je tiens à vous rassurer qu'en période de pandémie; les services financiers ayant été désignés comme un service essentiel, je demeure à votre service tout en respectant les directives de distanciation sociale. Je suis impatiente de faire votre connaissance et de vous rencontrer lorsque la situation le permettra.

MILAINE LABEL,

Conseillère en sécurité financière et régimes d'assurance collective
milaine.lebel@gmail.com / 418 961-5506
 690, boul. Laure, bureau 120, Sept-Îles, QC. G4R 4N8



Bruno Sénéchal, camionneur, qui assure les livraisons chaque semaine, avec le moins de contacts possibles.



COVID-19

Les dommages collatéraux se feront sentir après

C'est en temps de crise qu'on voit au premier plan la situation précaire des individus, et même d'entreprises. « Avec la COVID-19, on voit que les gens n'ont aucune marge de manœuvre », avance Philippe Buzzetti de la firme Mallette, syndics et gestionnaires.

Sylvain Turcotte

Les paliers de gouvernement, les institutions bancaires et les municipalités offrent différentes mesures d'urgence, mais pour plusieurs de ces soutiens, ce sont des reports dans le temps.

« Tant que ça roule, c'est abstrait. Quand ça arrête, on voit qu'il n'y a pas de coussin de sécurité », souligne M. Buzzetti, qui ajoute que les gens ont rarement de trois à six mois de marge financièrement, comptant sur leur marge de crédit.

Selon lui, les mesures mises en place, « c'est du pelletage de nuage. Il faut garder qu'au final ce sont pour plusieurs des reports. »

L'après-pandémie

Les répercussions se feront sentir après. Il n'y a pas de solutions miracles. Les gens qui étaient mal pris financiè-

rement le seront encore plus après la pandémie. « Le taux d'insolvabilité sera encore plus présent », allègue M. Buzzetti, ciblant particulièrement le niveau commercial.

Les dommages collatéraux monteront en surface après la crise. Le portrait ne se redressera pas en quelques mois.

« On n'est pas capable de mettre ça en mesure, si ça sera une catastrophe, un cataclysme, mais on ne peut pas fermer une entreprise trois ou quatre mois sans qu'il y ait des impacts. Combien n'auront pas la chance de survivre? », se questionne-t-il.

Faillite?

L'incertitude face à l'inconnu de la fin de la pandémie fait d'ailleurs craindre le pire.



Philippe Buzzetti de la firme Mallette, syndics et gestionnaires.



La tirelire ne sera pas plus rose à la fin de la pandémie pour ceux et celles ayant déjà des difficultés financières. Les mesures annoncées n'effaceront pas les dettes, selon Philippe Buzzetti de la firme Mallette, syndics et gestionnaires. Photo pixabay.com

« Plus ça va durer, plus les cas problématiques vont augmenter et seront importants. Les options seront moins grandes. Il ne faut pas penser que plus loin ça va venir effacer les dettes des gens. »

M. Buzzetti recommande à la population et aux entreprises de prendre au maximum des ententes, question de limiter les dommages, s'en tenir à l'essentiel, limiter les dépenses et tenir un budget.

Il mentionne également

qu'une faillite n'est pas un boulet, « un syndic, ce n'est pas la mort, c'est une solution, on en sort toujours mieux ». Il invite les gens à s'informer auprès de Mallette, syndics et gestionnaires pour voir les options possibles avant qu'il ne soit trop tard.

« On n'est pas capable de mettre ça en mesure, si ça sera une catastrophe, un cataclysme, mais on ne peut pas fermer une entreprise trois ou quatre mois sans qu'il y ait des impacts. »

PAS DE PANIQUE

Y'A STEAMATIC



Steamatic Côte-Nord Sept-Iles

418 960-1332

194, Napoléon
Sept-Iles

Même en période de pandémie, nos équipes professionnelles et dévouées sont présentes pour vous servir.

NETTOYAGE ET RÉNOVATION APRÈS SINISTRE



COVID-19

Rester présent pour les entreprises

Alors que la situation est difficile pour beaucoup d'entreprises de la région, la Chambre de commerce de Sept-Îles reste active en tentant de soutenir les entrepreneurs et les compagnies.

**Vincent Berrouard et
Laurence Dupin**

Les entreprises ont plusieurs inquiétudes actuellement en raison de la crise de la COVID-19. Selon David Héroux, président de la Chambre de commerce de Sept-Îles, les compagnies qui doivent fermer parce qu'elles ne sont

pas reconnues comme service essentiel ont des craintes de ne pas passer au travers de la crise en raison d'un manque de liquidités.

Une autre inquiétude des entreprises contraintes de fermer temporairement concerne la main-d'œuvre. « Une préoccupation des compagnies qui ont dû mettre à pied des travailleurs, est de ramener ces employés une fois la crise passée. Il est possible que ces personnes décident de travailler pour une entreprise qui est actuellement en activité », affirme David Héroux.

Toujours présente

Au cours de cette crise, la Chambre de commerce de Sept-Îles s'est donné comme rôle d'aider les entreprises à comprendre et à démêler les nombreux programmes d'aide offerts par les gouvernements fédéral et provincial.

« On est en contact avec différents ministres via la FCCQ où l'on fait valoir les différentes problématiques que nos membres rencontrent avec les programmes d'aide gouvernementale. On est une courroie de transmission », souligne David Héroux.

L'organisme salue la décision du gouvernement d'aider les entreprises avec les subventions salariales.

Selon les données d'un sondage effectué par la Fédération des chambres de commerce du Québec (FCCQ), un tiers des entreprises ont perdu plus de la moitié de leur revenu depuis le début de la crise. La moitié des répondants ont affirmé avoir eu à procéder à des mises à pied temporaires.

L'achat local

La Chambre de commerce de Sept-Îles voit d'un bon œil l'initiative du Panier Bleu. Selon David Héroux : « Si l'on veut passer au travers de

locaux et régionaux. » Ce type de mesure incitera les entreprises à faire de la vente en ligne.

La suite

Le président David Héroux estime qu'il est difficile pour certaines entreprises de penser à l'après-crise étant donné que plusieurs d'entre elles pensent simplement à survivre chaque jour. David Héroux s'attend à une reprise des activités plutôt lente alors que plusieurs mesures pour empêcher la propagation de la COVID-19 devront être mises en place pour permettre un retour.



David Héroux de la Chambre de commerce.

cette crise de la COVID-19, il faut absolument que les gens achètent des produits

Situation difficile pour les restaurateurs

Certains restaurateurs, notamment des chaînes, habitués du service emporter s'en sortent un peu mieux, mais ceux comme Chez Sophie ont beaucoup plus de mal. « Nous naviguons vers l'inconnu », précise Brigitte Cloutier du café Chez Sophie.

« Notre salle est très petite donc nous avons commencé en diminuant le nombre de clients comme demandé mais nous sommes passés de 70 couverts à 25 nous n'avons pas le volume pour payer les charges. nous avons donc fermé au 21 mars. Nous avons mis nos neuf employés à pied. Nous sommes en train d'analyser ce que nous allons faire, peut-être remettre du service à emporter. On nous annonce plein d'aides mais nous ne savons pas comment faire pour le moment. On nous propose des prêts commerciaux mais il nous faudra les rembourser. il faut payer les assurances, 12000 dollars à l'année dans notre cas. Nous sommes dans une période de néant. Nous voulons tenter de nous en sortir. »

Un changement de comportement

Le Renard bleu, épicerie bio, est ouverte. Elle fait partie des services essentiels. Evelyne Lalancette, une des propriétaires précise : « L'achalandage a changé. Les clients ne viennent plus qu'une fois par semaine pour faire une grosse épicerie de plus nous avons beaucoup de livraison ou de commandes par Internet. Il y a beaucoup de paiements à distance ».

Autre changement, les produits achetés par les clients : « nous vendons beaucoup de produits de base comme des pâtes ou du café et beaucoup de produits du Québec. Les gens sont très sensibilisés au fait qu'aujourd'hui nous sommes dépendants des autres pays. En ce qui nous concerne, nos produits sont déjà de proximité pour la plupart. Nos livraisons se font en local donc cette période est moins compliquée pour nous. Nous devons rester ouverts car plus il y a de magasins fermés plus la situation sera compliquée. »

Le Nord-Côtier

L'hebdo quotidien

719, Laure, Sept-Îles (QC) G4R 1Y2
Téléphone : 418 960-2090
Télécopieur : 418 968-3129

journal@lenord-cotier.com
www.lenord-cotier.com



DIRECTRICE GÉNÉRALE / ÉDITRICE :
Karine Therrien

ÉDITEUR FONDATEUR :
Gino Lévesque

CONSEILLERS PUBLICITAIRES :
Sylvie Gagné
Céline Tremblay
Caroline Willard
Marie-Pierre Renaud

DIRECTRICE DE L'INFORMATION :
Laurence Dupin

JOURNALISTES :
Sylvain Turcotte
Eric Martin
Vincent Rioux-Berrouard

**RESPONSABLES DE LA
DISTRIBUTION / RÉCEPTIONNISTE :**
Raymonde Massé

COORDONNATRICE À LA MAQUETTE :
Diane Levasseur

IMPRESSION :
Imprimerie Québecor Média

DISTRIBUTION : 18 925 COPIES

Le contenu de ce journal ne peut être reproduit sans l'autorisation expresse de la direction.



ÉDITIONS NORDIQUES
770, de Bretagne, Baie-Comeau, G5C 1X5
Téléphone : 418 589-9990
Télécopieur : 418 589-1211

PRÉSIDENT
Simon Brisson

**VICE-PRÉSIDENTE FINANCES
ET ADMINISTRATION**
Caroline Gagnon

COMMIS À LA FACTURATION
Claudie Julien
Valérie Normand

RÉSEAU SÉLECT



Financé par le
gouvernement
du Canada

Canada

COVID-19

DISTANCIATION SOCIALE 2 MÈTRES, PAS MOINS!



VOUS VOULEZ FAIRE UN DON D'ÉQUIPEMENT DE PROTECTION INDIVIDUELLE?

APPELEZ AU **1 833 994-2242** (SANS FRAIS)



- masques N95 • respirateurs réutilisables • masques d'isolation • lunettes et visières de protection • jaquettes jetables

Merci à tous les généreux donateurs et les citoyens qui ont offert des équipements de protection individuelle au bénéfice du personnel de la santé!



Ensemble, on sauve des vies!

On reste chez soi!

On ne se rassemble pas!

On se lave les mains!

Si vous ne le faites pas pour vous, faites-le pour vos proches, les professionnels de la santé, et tous les autres...

LIGNE INFO COVID-19 : 1 877 644-4545

Québec



COVID-19

Protéger ses animaux de compagnie

Ces dernières semaines, plusieurs cas de transmission de l'homme à un animal ont été détectés. Un tigre du zoo de New York a été contaminé par son soigneur, un chat par son maître en Belgique. Si vous présentez des symptômes, il vous faut donc aussi protéger vos animaux de compagnie.

Laurence Dupin

Les animaux contaminés par le virus sont assez rares, mais

il n'y a pas de risque zéro. Les félins semblent être un peu plus sensibles que les autres animaux mais on rapporte aussi le cas de chiens en Chine même s'ils ne présentaient aucun symptôme. Les félins contaminés, quant à eux, présentaient des troubles respiratoires.

Des mesures à respecter

Même si les cas sont rares et qu'aucun cas n'a pour le moment été détecté sur la Côte-Nord, il est recomman-



Certains animaux de compagnie peuvent être sensibles au coronavirus notamment les félins.



Gouge



Cet artefact provient de l'un des sites du complexe de La Tabatière, en Basse-Côte-Nord. Faite de pierre polie, et présentant un creusement sur sa surface plane, cette gouge a été fabriquée avec du siltstone vert dont la source se situe à Terre-Neuve. La provenance de cette matière première nous permet de supposer que les occupants des sites de la région de La Tabatière participaient à un vaste réseau d'échange. Ce type d'objets aurait notamment servi à la fabrication de pirogues. Les gouges et autres outils polis tels que les haches, les herminettes, les ulus, les pierres piriformes et certains types de pointes de projectiles sont considérés comme des pièces représentatives de l'Archaïque récent, période comprise entre 5500 et 4200 ans avant aujourd'hui. Cet outil est affilié à la tradition maritime puisque le schéma d'exploitation des occupants de La Tabatière est fortement orienté vers l'exploitation des ressources halieutiques. Puisqu'il fut découvert en contexte archéologique perturbé, la prudence nous oblige à considérer que cet artefact n'est peut-être pas associé au site Eebr-4. Mais comme il s'agit d'un artefact diagnostique, l'estimation de son âge ne fait point de doute. Les sites archéologiques de La Tabatière ont livré l'une des plus grandes collections d'objets sur pierre polie au Québec. La gouge est conservée au Laboratoire et la réserve d'archéologie du Québec dans la ville de Québec.

occupants de La Tabatière est fortement orienté vers l'exploitation des ressources halieutiques. Puisqu'il fut découvert en contexte archéologique perturbé, la prudence nous oblige à considérer que cet artefact n'est peut-être pas associé au site Eebr-4. Mais comme il s'agit d'un artefact diagnostique, l'estimation de son âge ne fait point de doute. Les sites archéologiques de La Tabatière ont livré l'une des plus grandes collections d'objets sur pierre polie au Québec. La gouge est conservée au Laboratoire et la réserve d'archéologie du Québec dans la ville de Québec.

dé aux personnes infectées de protéger leur animal par des gestes simples. L'OMSA (Organisation mondiale de la santé animale) recommande des gestes simples :

- Bien se laver les mains à l'eau et au savon après un contact avec un animal domestique, sa litière ou ses excréments ;
- Ne pas se laisser lécher le visage
- Restez éloigné de vos animaux si vous êtes malade et portez un masque de protection ;
- se couvrir la bouche et le nez lorsqu'on tousse ou éternue ;
- une cuisson complète des œufs et de la viande ;
- éviter le contact avec des personnes malades présentant des signes respiratoires dégradés.

Dans la mesure du possible, les personnes malades ou sous traitement médical pour le COVID-19 doivent éviter tout contact étroit avec leurs animaux de compagnie et

confier leurs animaux aux bons soins d'un autre membre de leur foyer.

Si elles doivent s'occuper de leur animal, elles devraient appliquer de bonnes pratiques d'hygiène et si possible porter un masque facial.

Les animaux appartenant à des propriétaires infectés par le COVID-19 devraient autant que possible rester à l'intérieur et les contacts avec ces animaux évités dans toute la mesure du possible.

« À ce jour, rien ne prouve que les animaux de compagnie puissent propager la maladie. Il n'est donc pas justifié de prendre des mesures

à l'encontre des animaux de compagnie qui pourraient compromettre leur bien-être », a déclaré l'Organisation mondiale de la santé animale. Selon eux, « des études sont en cours pour mieux comprendre la sensibilité de différentes espèces animales au virus COVID-19 et pour évaluer la dynamique de l'infection chez les espèces animales sensibles ».

Actuellement, rien ne permet de penser que les animaux infectés par l'homme jouent un rôle dans la propagation du COVID-19. Les épidémies humaines sont provoquées par des contacts entre personnes.

Mesures dans les cabinets vétérinaires

Les cabinets vétérinaires ont dû eux aussi s'adapter à la pandémie. Plusieurs mesures ont été prises. Actuellement, ils ne traitent plus que les urgences. Si votre animal a besoin d'un rappel de vaccin il faudra attendre la fin de la crise. Les médecins vétérinaires du Québec ont été invités à reporter tout rendez-vous non urgent ou intervention élective à plus tard par l'ordre des médecins vétérinaires. Il leur a suggéré de prioriser les services d'urgence ainsi que les cas les plus graves. Des mesures d'hygiène et de contrôle des infections ont également été mises en place dans les établissements vétérinaires afin de prévenir la propagation du virus en ces lieux.



LE MANIC
L'hebdo des gens d'ici

Journal **HAUTE CÔTE-NORD**
LE JOURNAL DES GENS D'ICI

Le Nord-Côtier
L'hebdo quotidien





COVID-19

L'Élyme des sables s'ajuste à la pandémie

Durant cette période de lutte contre la propagation de la COVID-19, tout le monde doit s'adapter à de nouvelles mesures incluant la maison de soins palliatifs située à Sept-Îles, l'Élyme des sables.

Vincent Berrouard

v.berrouard@lenord-cotier.com



Selon un décret gouvernemental, tous les visiteurs sont interdits dans ce type d'institution sauf si la personne est dans ses derniers moments de vie (24 à 48 heures). Alors, il est permis à un nombre limité des membres de sa famille de lui rendre visite si ceux-ci n'ont aucun symptôme de la COVID-19.



L'établissement de soins palliatifs, L'Élyme des sables doit s'adapter pour lutter contre la COVID-19.

Suzanne Cassista, directrice générale de l'Élyme des sables, affirme qu'il s'agit d'une mesure qui est difficile

d'accepter pour les familles. Celles-ci voudraient passer le plus de temps possible avec leurs proches en fin de vie,

mais l'établissement doit respecter les règles de protection imposée par la santé publique.

Pour favoriser les rencontres, il y a la galerie arrière de l'Élyme des sables. À cet endroit, les gens peuvent venir voir leur proche pourvu qu'ils respectent des règles strictes, dont celle de la distanciation physique.

Mme Cassista nous explique que, pour faciliter la communication, entre une personne en fin de vie et ses proches, il y a le système Aetonix. Il s'agit d'une plateforme de conversation vidéo.

L'avantage de ce système d'appel selon la directrice générale est que le résident peut faire des appels sans avoir besoin d'un appareil intelligent ou de se rappeler d'un numéro de téléphone.



**Le CAAP est toujours là...
à distance mais toujours en action...
pour vous!**

Contactez nous :
Baie-Comeau : 418 295-2779 poste 1
Sept-Îles : 418 968-2779
info@caap-cn.org

**Vous avez des questions en lien avec vos
droits en santé et service sociaux?**

**Vous habitez une résidence privée pour aînés
et vous vous questionnez
sur vos droits en tant que locataire?**

**N'hésitez pas à nous téléphoner... nous
sommes toujours là malgré les circonstances.**

**NOTRE ACCOMPAGNEMENT...
FAIT LA DIFFÉRENCE...**



COVID-19

Les rendez-vous de l'été sont annulés

(ST) Si des organisations s'étaient déjà résolues à reporter à 2021 leur événement, les autres rencontres sportives et culturelles publiques n'auront pas le choix d'en faire autant. Le gouvernement du Québec a demandé le 10 avril l'annulation des événements publics sportifs et culturels allant jusqu'au 31 août. Voici les réactions de quelques responsables des rendez-vous de l'été 2020 frappés par la nouvelle.

« Je savais depuis un bout que j'annulerais le Marathon Mamu - Galeries Montagnaises pour cette année, mais je ne l'avais pas encore annoncé. J'encourage le monde à continuer de bouger, c'est important, et à se préparer comme s'ils allaient courir leur 5 km, leur 10, leur demi-marathon, leur marathon, même si l'événement n'a pas lieu. On va se voir l'an prochain à la ligne de départ, mamu, ensemble. »

– Roger Vachon,
coordonnateur du Marathon Mamu

« Il était maintenant impossible pour nous de réaliser une fête familiale et de présenter différents spectacles tout en respectant les consignes émises. Même si nous souhaitions l'inverse, la décision s'est imposée d'elle-même : il fallait être solidaires et responsables. Toute notre équipe se tourne maintenant vers la prochaine édition pour vous préparer un événement des plus festifs... du 8 au 11 juillet 2021! »

– Mélanie Rouxel, présidente du C.A. du Vieux-Quai
en Fête Alouette de Sept-Îles



D'ici le prochain départ du Marathon Mamu, son coordonnateur Roger Vachon invite les coureurs à continuer de s'entraîner.

« L'annulation de l'événement Bateau-Dragon Sept-Îles qui devait avoir lieu le 18 juillet fait mal aux ressources financières nécessaires à Transit Sept-Îles. La demande de notre gouvernement de respecter la distanciation physique est applaudie comme mesure afin de protéger nos citoyens, mais j'avoue que c'est un deuxième coup dur pour notre organisme après avoir dû annuler notre fameux Déjeuner du Printemps qui devait avoir lieu en mars dernier. Nous calculons que ce ne sont pas moins de 30 000\$ de manque à gagner. »

– Doris Nadeau,
coordonnateur de Bateau-Dragon Transit Sept-Îles



La prochaine édition du Vieux-Quai en Fête aura lieu du 8 au 11 juillet 2021.
Photo Sébastien Miousse

« Le comité organisateur de l'Omnium dans l'Vent et du Volley Soleil suit de très près l'évolution de la pandémie COVID-19. Évidemment, nous sommes préoccupés par la santé des joueurs et par les rassemblements engendrés par ces tournois. Cependant, nous gardons espoir et, s'il le faut, nous reviendrons en force en 2021. Aimez notre page Facebook Tournoi de Volleyball Volley-Soleil de Sept-Îles pour rester informés »

– Zéa Blackburn, coordonnatrice des tournois de volleyball
de plage Omnium dans l'Vent et Volley Soleil



TOUS ENSEMBLE
FACE AU CORONAVIRUS (COVID-19)

ON SE PROTÈGE
ET ON PROTÈGE LES AUTRES.



ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC

**Bien que nos bureaux ne soient pas accessibles,
nous sommes tous là pour vous!**

Afin que vous puissiez obtenir toutes les réponses à vos questions que ce soit pour des questions sur les programmes gouvernementaux, sur des situations particulières que vous vivez ou encore des questions en lien avec des décisions municipales, **vous pouvez communiquer avec nos équipes par courriel ou par téléphone.**

ENSEMBLE,
nous passerons à travers cette épreuve. **Ça va bien aller!**

RAPPEL

- À moins de nécessité, **aucun déplacement**
- Rassemblement intérieurs et extérieurs **interdits**
- Les gens malades, qui ont des symptômes ou qui ont voyagé **doivent s'isoler**
- Dites **la vérité** au personnel de la santé sur vos symptômes et vos déplacements



Des symptômes? Composez le **1 877 644-4545.**
Informations : quebec.ca/coronavirus

POUR TOUTES QUESTIONS N'HÉSITEZ PAS À NOUS CONTACTER :

MRC DU GOLFE-DU-SAINT-LAURENT

☎ 418 773-2473
✉ randyjones@xplornet.com

MRC DE CANIAPISCAU

☎ 418 287-5339
✉ mrc@caniapiscau.ca

MRC DE MINGANIE

☎ 418 538-2732 | 1 866 538-2732
✉ info@mrc.minganie.org

VILLE DE PORT-CARTIER

☎ 418 766-6633
✉ mairie@villeport-cartier.com

MRC DE SEPT-RIVIÈRES

☎ 418 962-1900
✉ septrivieres.qc.ca/nous-joindre

VILLE DE SEPT-ÎLES

☎ 418 962-2525
✉ ville.sept-iles.qc.ca



LORRAINE RICHARD
DÉPUTÉE DE DUPLESSIS

☎ 418 968-5044
✉ lorraine.richard.dupl@assnat.qc.ca



JONATAN JULIEN
MINISTRE RESPONSABLE DE
LA RÉGION DE LA CÔTE-NORD

☎ 418 643-7295
✉ ministre@mern.gouv.qc.ca

Le musée vient vers vous virtuellement

En raison de la situation exceptionnelle actuelle liée à la pandémie de COVID19, et par souci de limiter la propagation du virus, le Musée régional de la Côte-Nord et le Vieux-Poste de

Sept-Îles ont dû suspendre toutes leurs activités et demeurent fermés jusqu'à nouvel ordre. Mais les adeptes peuvent tout de même rester en contact virtuel avec le musée par son

site ou sa page Facebook.

Laurence Dupin

Le Musée régional de la Côte-Nord (MRCN) reste en contact virtuel avec ses adeptes



Le musée régional de la Côte-Nord s'adapte à la pandémie et vient vers vous de façon virtuelle.

Si tu vis de la violence ou si tu veux parler, on est là.



Si tu as des questions à propos d'un parent, d'un proche, ou d'un ami, ou si tu sens que tu vas perdre patience envers un enfant, **appelle.**

1 866-589-2405

Soutien aux enfants

Ligne confidentielle sans frais, 24 h

Conseils aux parents



tes et tous les curieux qui sont à la recherche de pépites d'histoire, d'ethnologie, d'archéologie et de sciences naturelles durant cette période de distanciation physique.

Il est désormais possible de profiter de ces moments de confinement pour explorer, apprendre et vous divertir via

sa page Facebook et les actualités de son site Internet.

Depuis le 16 janvier 2020, des Objets d'expo tout droit sortis de ses salles d'expositions temporaires en cours et de sa fabuleuse exposition permanente Terres de sens : le grand voyage, sont publiés une fois par semaine.

Lettre ouverte

Le "train" contre la pandémie de la COVID-19

Nous, les personnes de 70 ans et plus, sommes les passagers de ce "train" et nous sommes choyés : nous avons notre propre wagon. C'est notre maison, notre appartement, notre chambre dans une résidence.... On peut y vivre sans danger, prier, dormir, manger, lire, chanter, faire de l'exercice, du casse-tête, des mots croisés, écouter les nouvelles, etc. et surtout, se laver les mains avec du savon pendant 20 secondes plusieurs fois par jour.

Si on a besoin de quelque chose, on peut appeler un employé du "train" (un fils, une fille, un frère, une sœur, un ami proche...) pour aller faire nos courses (épicerie,

pharmacie). . Et, surtout, il est très important de rester dans notre wagon... car on pourrait être malade à cause de ce virus qui circule dans les corridors.

On ne peut pas descendre d'un train en marche. Il faut être patient car, une fois le voyage terminé (nous n'avons pas de date pour l'instant), nous pourrions descendre de ce "train" en santé et prêt à continuer notre route à pied, à bicycle, en auto ou tout autre moyen de locomotion.

Pour terminer, je vous dis que **ÇA VA BIEN ALLER !**

Texte composé par :
Marjolaine Skelling



COVID-19

Hausse des cas d'exploitation sexuelle en ligne

Les temps de crise font généralement ressortir ce qu'il y a de meilleur chez l'homme. Ils font toutefois aussi sortir le pire, parfois. C'est pourquoi la Sûreté du Québec (SQ) et le Service de police de la Ville de Montréal (SPVM) tiennent à sensibiliser particulièrement les parents aux dangers de l'exploitation sexuelle en ligne des enfants, un type de crime présentement en hausse.

Steve Paradis

Les jeunes passant évidemment plus de temps sur Internet en cette période de confinement à domicile, les risques liés à l'exploitation sexuelle augmentent d'autant.

« On note une augmentation de 50 % des signalements de ce type de crime par rapport à la même période l'an dernier », a indiqué le sergent Claude Denis, du service des communications de la SQ.

« Il y a plus d'opportunités pour les gens qui ont des idées malveillantes parce que les enfants sont plus exposés que d'habitude à Internet », a renchéri le sergent Denis.

Certains cyberprédateurs persuadent l'enfant de produire du matériel de nature sexuelle, comme des photos ou des vidéos, en le manipulant ou le menaçant. D'autres font plutôt semblant d'être dans le même groupe d'âge afin d'établir un lien avec le jeune pour, ultimement, le



Il est primordial de savoir ce que font nos enfants sur Internet, préviennent les corps de police. Photo iStock

rencontrer et l'exploiter.

Ce peut être aussi les jeunes qui, de leur plein gré, partagent sur le web des images intimes d'eux-mêmes sans prendre conscience de toutes les conséquences que peuvent avoir ce genre de partage.

Les policiers recommandent donc aux parents une vigilance encore plus grande de l'utilisation que font les enfants de leurs appareils

électroniques. La SQ et le SPVM donnent quelques conseils de prévention.

- Sensibiliser son enfant aux dangers auxquels il peut être exposé sur Internet et l'informer des façons de se protéger.

- Rappelez-lui de ne jamais divulguer d'informations personnelles sans votre autorisation.

- Dites-lui de ne jamais accepter de rencontrer en

personne un « ami » interneute.

- Encouragez-le à partager ses expériences sur Internet avec vous.

- Activez les paramètres de confidentialité les plus élevés pour les systèmes de jeu en ligne, les appareils électroniques et les applications.

- Installez l'ordinateur dans une pièce accessible à toute la famille.

- Demandez-lui de vous informer si une personne lui demande de fournir des photos de lui ou de pratiquer une activité de nature sexuelle.

Les policiers invitent aussi les parents qui soupçonnent une activité en ligne potentiellement dangereuse, ou qui ne savent que faire face à une situation impliquant leur enfant, de communiquer rapidement avec son service de police.

Place aux cliniques d'évaluation désignées

(CP) Huit cliniques désignées d'évaluation (CDÉ) ouvrent leurs portes sur la Côte-Nord pour les personnes présentant des symptômes d'allure grippale, de gastroentérite ou s'apparentant à ceux de la COVID-19.

Comme le précise le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS), ces lieux sont également dédiés aux gens infectés par le coronavirus qui auraient des besoins de santé non urgents.

Les personnes présentant des symptômes doivent d'abord téléphoner au 1 877 644-4545. Une évaluation clinique sera réalisée par l'infirmière au bout du fil, qui les réfèrera vers la bonne ressource. Selon la situation, elles pourraient être dirigées vers une clinique désignée d'évaluation, sur rendez-vous.

Horaire des cliniques désignées

Centre multiservices des Escoumins : de 16 h à 18 h, 7 jours sur 7

Centre multiservices de Forestville : de 14 h à 16 h, 7 jours sur 7

Hôpital Le Royer : de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h, du lundi au vendredi

Centre multiservices de Port-Cartier : de 13 h à 16 h 30, le lundi et le jeudi

Hôpital de Sept-Îles : de 8 h 30 à 16 h 30, 7 jours sur 7

Centre multiservices de la Minganie : de 13 h à 17 h, 7 jours sur 7

Centre multiservices de la Basse-Côte-Nord : de 9 h à 17 h, du lundi au vendredi

Centre multiservices de Fermont : de 14 h à 16 h, du lundi au vendredi

La Maison des femmes de Sept-Îles est là pour vous

**24 h / 24 7j / 7
418 962-8141**

**S.O.S Violence conjugale
1-800-363-9010**

**VOUS NE POUVEZ PAS
NOUS TÉLÉPHONER:**

**VOICI COMMENT VOUS
POUVEZ NOUS REJOINDRE**

1

Consulter notre site Web

www.maisonfemmessi.com

Vous trouverez plusieurs informations pertinentes sur la violence conjugale, nos services et ainsi que des numéros d'urgence

2

Par E-mail

intervenantes@maisonfemmessi.com

Nos intervenantes prendront le temps de vous répondre dans les plus brefs délais, toujours en toute confidentialité

3

Via notre page Facebook

[@maison des femmes de sept-iles](https://www.facebook.com/maisondesfemmesdesseptiles)

Pour garder un lien avec vous, nous la consultons tous les jours

LE CONFINEMENT N'AUTORISE PAS LA VIOLENCE!

GUIDE N° 3

On protège aussi la santé mentale de nos jeunes!

Votre enfant est inquiet en raison de la pandémie? Les conseils suivants vous permettront de mieux le soutenir durant les événements entourant l'épidémie du coronavirus COVID-19 au Québec.

La pandémie du coronavirus (COVID-19) qui se déroule actuellement ainsi que les mesures inédites de prévention qui y sont liées représentent une réalité inhabituelle à laquelle il peut être particulièrement difficile de s'adapter. Comme pour vous, les enfants et les adolescents peuvent avoir des inquiétudes devant ces événements exceptionnels.

Votre enfant, peu importe son âge, a besoin d'être rassuré, de savoir qu'il peut compter sur vous et sentir que vous le protégez.



Soyez à l'écoute

Laissez votre enfant s'exprimer dans ses mots ou à travers le jeu (poupées, dessins, etc.). Écoutez ses inquiétudes et son besoin d'être rassuré. Répondez avec bienveillance à ses craintes et donnez-lui beaucoup d'amour et d'attention.



Parlez avec franchise : expliquez-lui la situation

Utilisez des mots simples et adaptés en fonction de son âge. Dites-lui qu'il existe des mesures d'hygiène très simples pour se protéger : se laver les mains souvent, tousser dans le pli du coude, etc. Enseignez-lui ces mesures.

Restez positif en mentionnant que des médecins et des chercheurs travaillent pour trouver des solutions, des médicaments et un vaccin. Répondez à ses questions et n'hésitez pas à lui dire que vous ne connaissez pas la réponse lorsque c'est le cas.

Évitez les discours moralisateurs avec votre adolescent. Vérifiez s'il comprend bien la situation et rectifiez l'information dont il dispose lorsque nécessaire. Ne minimisez pas la situation et invitez-le à consulter une ligne d'aide et de soutien téléphonique, s'il en ressent le besoin.



Maintenez une routine

La routine et le maintien d'un milieu familial stable préservent le sentiment de sécurité. Établissez un horaire qui prend en compte les heures de lever, de coucher, de repas, les périodes de jeux, d'activités structurées et les moments de détente. Adoptez de saines habitudes de vie en mangeant sainement, en buvant beaucoup d'eau, en restant actif et en essayant de vous reposer et de dormir suffisamment.



Donnez-lui l'occasion de jouer et de se détendre

Il est important que votre enfant puisse trouver du réconfort en jouant et en pratiquant des activités qu'il aime.

Vous êtes à court d'idées?

Activités physiques : danser, faire des parcours à obstacles, de la corde à danser, des jeux d'adresse, du vélo, du yoga, jouer dehors dans la cour, effectuer des exercices aérobiques et musculaires, etc.

Loisirs créatifs : dessiner, bricoler, peindre, écrire, chanter, faire de l'origami, de la pâte à modeler, tricoter, prendre des photos, etc.

Jeux : jouer à des jeux de société, de blocs, de rôles, de mémoire, jouer à la cachette, aux cartes, se déguiser, assembler un casse-tête, faire des mots croisés, des sudokus, des mots cachés, etc.

Divertissement : écouter de la musique, des films, des spectacles, des balados, des séries, etc.

Détente : lire un livre, un conte, une bande dessinée, une revue, méditer et faire des exercices de relaxation, etc.

Activités éducatives : faire des exercices scolaires, naviguer sur une plateforme éducative comme ecoleouverte.ca, apprendre une nouvelle langue, visiter des musées virtuellement, etc.

Autres : cuisiner, participer aux tâches ménagères, classer des photos, etc.



Les signes de stress chez votre enfant :

- ✓ Il a des troubles du sommeil;
- ✓ Il présente des inquiétudes (veut se faire prendre, pose des questions);
- ✓ Il a des douleurs physiques (maux de ventre);
- ✓ Il a un comportement plus agité (contestation);
- ✓ Il ne veut plus jouer et n'apprécie plus ses activités préférées;
- ✓ Il a un comportement régressif (fait pipi au lit).



Les signes chez votre adolescent :

- ✓ Il est inquiet pour sa santé et celle de ses proches;
- ✓ Il ne se sent pas touché par la situation ou bien il en minimise les risques;
- ✓ Il ne veut plus s'adonner à ses activités préférées;
- ✓ Il éprouve des troubles du sommeil, montre un changement dans son appétit (trop ou pas assez);
- ✓ Il a envie de consommer de l'alcool, des drogues;
- ✓ Il est agressif, irritable, il refuse de respecter les consignes de santé publique.



Prenez soin de vous

Votre enfant vit les événements à travers votre regard. Demeurez attentif à vos sentiments, émotions et réactions. Au besoin, retirez-vous quelques minutes dans un milieu isolé, la salle de bain par exemple, pour retrouver votre calme.



On conserve des liens sociaux virtuels

Permettez à votre enfant de maintenir des liens virtuels avec ses amis ou les autres membres de la famille, comme les grands-parents. Garder un réseau social actif permet de rompre l'isolement. Plusieurs moyens peuvent être utilisés pour communiquer et même jouer à distance comme le téléphone, le clavardage, les appels vidéo, les réseaux sociaux, le Web ou le courriel.



On reste informé

Pour maintenir une attitude calme auprès de votre enfant, il importe que vous restiez bien informé sur la situation. En tout temps, faites appel à des ressources fiables, comme le site officiel du gouvernement du Québec : Quebec.ca/coronavirus

Ne laissez pas votre enfant regarder en boucle les reportages qui couvrent la pandémie et évitez toute discussion alarmiste (augmentation des décès, aggravation de la situation, scénarios pessimistes, etc.) devant lui.

Quand est-il nécessaire de chercher de l'aide ?

Malgré toutes vos tentatives auprès de votre enfant pour le réconforter et le rassurer, si vous ne remarquez aucune amélioration ou si vous constatez que les réactions négatives persistent ou s'intensifient, n'hésitez pas à communiquer avec le service Info-Social en composant le 811 (option 2).

Vous pourrez alors obtenir plus d'information et être dirigé vers des professionnels en intervention psychosociale qui vous offriront du soutien et des conseils, selon vos besoins.

Pour les personnes sourdes ou malentendantes, veuillez composer le 1 800 361-9596 (sans frais).

Ressources

Pour mieux gérer l'inquiétude :

- inspq.qc.ca/mieux-vivre
- ecolebranchee.com
- carrefour-education.qc.ca

Pour intégrer les saines habitudes de vie :

- defisante.ca
- force4.tv

Pour mieux gérer son temps en famille :

- ecoleouverte.ca
- alloprof.qc.ca
- teteamodeler.com
- viedeparents.ca
- naitreetgrandir.com
- vifamagazine.ca

Services téléphoniques pour les personnes ayant besoin d'écoute ou de soutien :

- Tel-Aide
Centre d'écoute offrant des services 24/7 aux gens qui souffrent de solitude, de stress, de détresse ou qui ont besoin de se confier : www.acetdq.org (pour connaître le centre d'écoute de votre région)
- Écoute Entraide
Organisme communautaire qui soutient les personnes aux prises avec de la souffrance émotionnelle : 514 278-2130 ou 1 855 EN LIGNE (365-4463)
- Tel-Jeunes
Ligne d'écoute 24/7 destinée aux jeunes ayant besoin de soutien : 1 800 263-2266
- LigneParents
Ligne d'écoute 24/7 destinée aux parents ayant besoin de soutien : 1 800 361-5085

Services téléphoniques pour les personnes en détresse psychologique ou ayant des idées suicidaires :

- Regroupement des services d'intervention de crise du Québec
Offre des services 24/7 pour la population en détresse : centredecrise.ca/listecentres
- Service d'intervention téléphonique en prévention du suicide
1 866 APPELLE (277-3553)

[Québec.ca/coronavirus](http://Quebec.ca/coronavirus)

☎ 1 877 644-4545

Québec 

Ève Ringuette partage son talent

Ève Ringuette a longtemps hésité à partager ses écrits, ses idées. Et pourtant. Il y a un an, elle avait soumis un texte pour le Prix du récit de Radio-Canada, sans toutefois être retenue parmi les finalistes. Cette fois, c'est la bonne. La femme de 33 ans de Uashat fait partie des 22 auteurs et autrices en lice pour le Prix de la nouvelle Radio-Canada 2020 avec *Le couloir*.

Sylvain Turcotte

« Je suis vraiment contente. Ça me confirme que je suis capable d'écrire quelque chose de bon. J'ai toujours eu un petit frein parce que je ne montre pas beaucoup les textes que j'écris ou je ne partage pas toujours mes idées. Mais cette sélection m'encourage à continuer et ça me donne aussi plus de confiance pour écrire le long métrage pour lequel j'ai reçu une subvention du Conseil des arts du Canada », souligne l'Innu.

Ève Ringuette préfère, et de loin, le cinéma. Elle compte réaliser plusieurs longs métrages sur la Côte-Nord. Celui sur lequel elle planche présentement est une histoire d'horreur inspirée d'une légende innue. Dès qu'elle aura reçu sa bourse, elle plongera dans l'écriture, accompagnée d'un mentor, « un réalisateur producteur avec qui je travaillais à Gatineau, Jason Brennan ».

Le couloir en quelques mots

Mathieu roule sur une route qui devient de moins en moins perceptible à cause d'un brouillard qui s'intensifie à mesure qu'il avance. Il se rend tranquillement compte qu'il est perdu et décide de s'arrêter dans une cabane abandonnée. Il découvrira, derrière les portes de ce lieu sombre, une partie de lui qu'il avait intentionnellement enfouie. (Source : Radio-Canada)



Ève Ringuette, 33 ans de Uashat, fait partie des 22 auteurs et autrices en lice pour le Prix de la nouvelle Radio-Canada 2020 avec *Le couloir*. Mais ce qui l'intéresse surtout, c'est le cinéma.

Prix de la nouvelle

Les noms des cinq finalistes du Prix de la nouvelle Radio-Canada 2020 seront annoncés le 15 avril, et celui de la gagnante ou du gagnant, le 22 avril. La gagnante ou le gagnant remportera : la publication de son texte sur le site de Radio-Canada, une résidence d'écriture de deux semaines au Banff Centre des arts et de la créativité en Alberta et une bourse de 6000 \$, offerte par le Conseil des arts du Canada. Les finalistes (5) remporteront une bourse de 1000 \$, offerte par le Conseil des arts du Canada, et la publication de leur texte sur le site de Radio-Canada.

Impliqué activement dans la communauté



MICHAËL RIOUX

Mécanotechnicien

Michaël Rioux, membre de la grande famille d'Aluminerie Alouette depuis 2014, pratique la pêche sportive au saumon depuis son tout jeune âge. Aujourd'hui, il agit comme vice-président du conseil d'administration de l'Association de protection de la rivière aux Rochers (APRR) de Port-Cartier. Il s'implique officiellement comme bénévole depuis 3 ans. Il connaît d'ailleurs l'organisme comme le fond de sa poche alors qu'il y a travaillé pendant deux saisons estivales, notamment comme responsable des visites guidées. Initié par son père aux joies de la nature nord-côtère, le Port-Cartois d'origine souhaite faire de même avec ses petits.

De multiples projets sont dans les cartons de l'APRR; encensement et réaménagement des facilités aux fosses ne sont que quelques exemples abordés par le vice-président, les yeux brillants. « Le site parle de lui-même. Son accessibilité hors du commun offre aux citoyens d'ici et aux touristes la chance de pêcher sans s'éloigner à grands frais », affirme le principal intéressé. Chaque deux ans, l'organisme tient un souper-bénéfice pour financer ses activités.



Des employés en action

Depuis 1992, Aluminerie Alouette est activement impliquée dans la communauté nord-côtère. Bien au-delà de partenariats simplement financiers, cela se traduit également par l'action bénévole de centaines d'employés. Véritables visages de la vie communautaire, ils enrichissent notre collectivité et font une différence au quotidien.





COVID-19

Physiothérapie

Isabelle Bond veut redonner à son Sept-Îles natal

Établie en Outaouais depuis quelques années, la Septilienne d'origine Isabelle Bond veut redonner à son coin natal. Elle souhaite offrir ses services de physiothérapie via la téléadaptation, une façon de répondre à la demande en cette situation de pandémie à la COVID-19.

Sylvain Turcotte

« On s'adapte avec la nouvelle situation, mais ce n'est pas l'idéale », lance d'entrée de jeu celle qui travaille pour PhysioOutaouais, Isabelle Bond.

La nouvelle réalité

Cette idée d'offrir ses services à la population septi-

lienne, la femme de 35 ans y pense depuis un bout. Consciente du peu de physiothérapeutes dans le secteur privé et de l'attente dans le secteur public, tout comme public, dans sa ville natale, elle s'est dit « pourquoi pas ? », surtout en temps de pandémie.

« C'est une bonne solution à offrir. Que tu sois à Gatineau ou à Sept-Îles, il suffit de se connecter. Ça se fait facilement, il faut prendre rendez-vous (via PhysioOutaouais). On prend une bonne heure pour l'évaluation, faire les mouvements, donner les exercices. Il y a un suivi à partir de là », indique Isabelle Bond.

« C'est la nouvelle réalité. Si je peux donner un coup de pouce aux gens pour qu'ils soient plus fonctionnels et qu'ils aient moins mal, tant mieux », a-t-elle ajouté.

Ce qui motive aussi Isabelle dans tout ça, c'est de redonner à la communauté septilienne le soutien qu'elle lui a apporté alors qu'elle était athlète de haut niveau en taekwon-do, un sport qui l'occupe encore dans son Outaouais d'adoption comme entraîneure.

Établie en Outaouais, Isabelle Bond, bien connue des Septiliens, offre ses services de physiothérapeute aux gens de son coin natal via la téléadaptation en ce temps de pandémie de COVID-19.



De l'esthétique et la coiffure à l'entretien ménager

(CP) L'une est esthéticienne, l'autre coiffeuse. Les deux gagnent toutefois leur croûte comme préposées à l'entretien ménager depuis quelques semaines. Pour Johanne Gagné et Marlène Poirier, pas question de tuer le temps à la maison en attendant que le Québec sorte de sa torpeur et que la crise du coronavirus s'estompe.

« Moi, ça ne me tentait pas de rester chez nous. En plus, on ne peut à peu près rien faire. On est des filles vaillantes, notre génération, Marlène, comme moi », explique Johanne Gagné, qui a été embauchée par l'entreprise Clean International. Dans son quotidien, la quinquagénaire s'attelle principalement à des tâches de désinfection.

L'existence de postes disponibles, l'esthéticienne à son compte l'a appris d'une amie serveuse en restauration qui



Marlène Poirier (à gauche) et Johanne Gagné ont troqué leur chaise de coiffure et d'esthétique pour occuper un emploi en entretien ménager, le temps de retrouver leurs clientes. L'une travaille à l'Hôpital Le Royer et l'autre pour Clean International.

s'est convertie dans l'entretien ménager le temps que la pandémie de COVID-19 passe.

Johanne Gagné a sauté sur l'occasion. « Je me suis dit moi, j'ai cette job-là et je vais continuer à payer mes affaires », raconte celle dont le conjoint travaille toujours, mais pour qui l'autonomie

est très importante. Elle dit d'ailleurs gagner plus que ce que lui aurait donné la Prestation canadienne d'urgence du gouvernement fédéral.

À quelques années de sa retraite, l'esthéticienne a fait le choix de travailler trois jours par semaine. Là, elle est en poste 40 heures par

semaine sur cinq jours. « Je me suis dit que c'était juste pour une période et que j'allais y aller quand même. »

Se préparer au pire

Marlène Poirier a troqué sa chaise et ses clientes du salon de coiffure pour aller travailler à l'Hôpital Le Royer au service d'hygiène et salubrité.

Quand *Le Manic* l'a rencontrée, sa première semaine n'était pas terminée. « Je me suis dit que si ça durait longtemps (l'interdiction de pratiquer son métier en raison du coronavirus), je serais mieux de travailler et de me gagner un salaire », précise-t-elle, en soulignant au passage que la prestation fédérale de 2 000 \$ par mois imposable ne lui souriait guère.

La coiffeuse est contente de son choix. Elle dit réaliser bien des choses dans son nouveau milieu de travail. « Humainement, je suis dans l'action. C'est quelque chose. Chapeau au centre de santé. C'est incroyable tout ce qu'ils (les travailleurs) peuvent faire en même temps. »

Selon Marlène Poirier, une fois plongée dans l'action, il n'y a plus de titres et tout le monde s'aide. « Je me sens valorisée et je suis impressionnée par ce que je vois. »

Port-Cartier

D'autres mesures pour protéger les gardiens

Alors que le pénitencier est l'un des points chauds de la COVID-19 sur la Côte-Nord, Service correctionnel Canada continu d'imposer de nouvelles règles pour empêcher la propagation.

Vincent Berrouard

Étant donné qu'il y a plusieurs signes qui montrent que des personnes asymptomatiques peuvent transmettre le virus, les employés devront désormais porter le masque lorsqu'ils doivent être à moins de deux mètres d'une autre personne.

L'agence fédérale affirme avoir fourni des directives claires aux employés concernant l'utilisation des équipements de protection individuelle.

« Les directives portent notamment sur la bonne façon de porter un masque sans trop le toucher ou le manipuler; les bonnes pratiques d'hygiène des mains, y

compris avant et après l'enlèvement du masque; et les mesures à prendre pour prolonger l'utilisation des masques et les réutiliser, incluant l'entreposage sécuritaire. » Indique Service correctionnel Canada par voie de communiqué.

Utilisation responsable

L'agence fédérale assure que l'équipement de protection est utilisé de façon responsable. D'ailleurs, Service correctionnel Canada confirme avoir reçu beaucoup de matériel dont des masques, des désinfectants et des gants de nitrile.

Rappelons que plusieurs autres mesures avaient déjà été mises en place, notamment l'interdiction des visites et des permissions de sorties pour les détenus.

Test de dépistage

En date du 11 avril, 14 tests



Le pénitencier de Port-Cartier est particulièrement touché par la crise de la COVID-19.

ont été effectués sur les détenus du pénitencier de Port-Cartier. Parmi ceux-ci, 10 se sont révélés positifs tandis que 4 ont obtenu un résultat négatif.

EN BREF

Nouvel objectif pour la pétition A.R.B.E.C.

Après avoir obtenu plus de 7500 signatures, les créateurs de la pétition A.R.B.E.C. (l'Appel à la Réputation par BioÉnergie pour ses Employés et Contracteurs) souhaitent désormais obtenir 15 000 signatures. Rappelons que plusieurs travailleurs et entrepreneurs affirment ne pas avoir été totalement payés pour la construction de l'usine BioÉnergieAE à Port-Cartier. La cause est actuellement devant les tribunaux.

Jeux extérieurs interdits

La Ville de Port-Cartier a annoncé qu'il était défendu aux gens d'aller sur les modules de jeux présents dans les parcs. Les différents parcs de la ville restent toujours ouverts à la population pourvu que les mesures de distanciation physique soient respectées. La fermeture des modules de jeux a pour cause des raisons sanitaires en ce temps de pandémie.

Ne jetez pas vos lingettes dans les toilettes

Il est demandé aux citoyens de ne pas jeter les lingettes désinfectantes dans les toilettes, mais plutôt aux poubelles. Selon la Ville de Port-Cartier, celles-ci peuvent surcharger le système de traitement des eaux usées et causer des bris. Seulement le papier hygiénique peut-être déposé dans la cuvette.



Merci!

Nous profitons de la présente pour remercier nos commanditaires qui ont permis de rendre possible la tenue de nos activités:

- Station-service Le Relais
- Mini-mécanique F. Beaulieu
- Atelier Laforge
- Sept-Iles Motosports
- Champion sports
- Clinique Physio-Massage
- Lauremat
- Restaurant Des Chutes
- IRIS Port-Cartier
- Restaurant Fin Renard
- Casse-croute Fin Renard
- Hôtel Des Gouverneurs
- Hôtel Le Château Arnaud
- Signalerie Domino
- M. Michel Lebel

On se revoit en santé pour l'hiver prochain!

LE SOURIRE
Port-Carfois
de la semaine



Notre sourire cette semaine;
Chantal Lévesque
préposée aux pompes et acqueduc depuis 12 ans pour la Municipalité de Port-Cartier.

CONNAISSEZ-VOUS VOS ORGANISMES COMMUNAUTAIRES ?

DU 19 AU 25 AVRIL

SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Chers bénévoles,
je vous aime



50\$

à gagner en
carte-cadeau
de chez

provigo



8, boul. des Îles
Port-Cartier
418 766-6121

Alimentation Claude Boily inc.

Règlements : Reliez la devise à son organisme communautaire. Envoyez vos réponses par courriel à l'adresse suivante : journal@lenord-cotier.com ou par la poste au 719, Boul. Laure, Sept-Îles, G4R 1Y2 avant jeudi 23 avril à 11 h, date du tirage. Le gagnant se méritera une carte-cadeau d'une valeur de 50\$ de Provigo Claude Boily, Port-Cartier.

COUPON-RÉPONSE

1 :
2 :
3 :
4 :
5 :
6 :
7 :
8 :
9 :

NOM :

ADRESSE :

TÉLÉPHONE :

COURRIEL :

1

NOTRE MISSION :

- Promouvoir la santé mentale
- Sensibiliser la population
- Démystifier la maladie mentale
- Combattre les préjugés



10 rue Boisvert • C.P. 323
Port-Cartier • 418 766-4476
smqcn@globetrotter.net

2

NOTRE MISSION :

Contribuer au développement des ressources humaines du milieu et aider à la création, à l'organisation et au soutien de projets communautaires



4C, boulevard des Îles
Port-Cartier, 418 766-8047
www.popco.qc.ca

3

NOTRE MISSION :

«Créer des emplois de qualité dans le domaine du recyclage pour les personnes ayant des limitations sur la Côte-Nord.»

Ressource de réinsertion
Le Phare



99, boul. Portage des Mousses,
Port-Cartier,
418 766-8969

4

NOTRE MISSION :

« Aide, partage, ressourcement et prévention au masculin. »

Hom'asculin Port Cartier



3 rue des Pins,
Port-Cartier,
418 766-6060

5

NOTRE MISSION :

Soutenir les jeunes de 16 à 35 ans dans leur insertion socioprofessionnelle, tout en favorisant leur autonomie personnelle, sociale et économique. - Accompagner dans la stratégie de recherche d'emploi - Soutenir et informer pour le retour à l'école - Aider aux développements de projets - Identifier et faire des démarches pour se réaliser



2 rue Élie-Rochefort, Port-Cartier
418 766-4099

6

NOTRE MISSION :

- Aider et informer les consommateurs de biens et services;
- Voir au respect et à la défense des droits des consommateurs;
- Soutenir les personnes à faible revenu.



cricportcartier@globetrotter.net
1, rue Wood, bureau 2 - C.P. 204
Port-Cartier
Tél : 418 766-3203

7

NOTRE MISSION :

« Venir en aide aux personnes dans le besoin, notamment en ce qui a trait à la santé oculaire, aux personnes âgées et les plus démunis. »



CLUB LIONS DE PORT-CARTIER

8

NOTRE MISSION :

« Venir en aide à la communauté »



Les Chevaliers de Colomb
Conseil 4355
7 Boul. des Îles, Port-Cartier,
418 766-4355

9

NOTRE MISSION :

Promouvoir l'action bénévole dans la communauté.



* Transport et accompagnement médical
* Popote roulante
* Programme des bénévoles à l'impôt
* Centre de jour pour aînés et DI
* Transport adapté
* Dépannage alimentaire
* Comptoir vêtements usagés
10 rue Boisvert,
Port-Cartier,
418 766-3202



A

Accueillir et aider les hommes et leurs familles qui vivent toutes sortes de problématiques.

B

Devenir le centre de tri régional (Côte-Nord) qui innove pour améliorer la qualité de vie de ses employés et satisfaire ses clients.

C

Aider et informer les consommateurs aux prises avec des difficultés financières et voir à la défense de leurs droits en consommation.

D

Parce qu'il y a 1001 façons d'apprendre: alphabétisation, francisation, stratégies de recherche d'emploi, informatique ...

E

Nous venons en aide aux plus démunis de notre communauté.

F

Promouvoir une bonne santé mentale sur la Côte-Nord.

G

Soutenir les jeunes de 16 à 35 ans dans leur insertion socio professionnelle, les accompagner dans la stratégie de recherche d'emploi et les aider dans leurs différentes démarches.

H

Aider les personnes dans le besoin, les personnes âgées et celles qui vivent avec un handicap visuel.

I

Développer et promouvoir le bénévolat et l'entraide sociale.

Basse-Côte-Nord/Minganie

COVID-19

Des appels douteux à des aînés

Des personnes âgées de plusieurs villages de la Basse-Côte-Nord ont reçu un appel de l'infirmière de leur dispensaire pour savoir, notamment, si elles désiraient être transférées dans un centre hospitalier de Québec si elles étaient atteintes de la COVID-19 ou si plutôt elles souhaitent recevoir des soins de fin de vie. Évidemment, plusieurs se sont indignés de ce genre de question.

Steve Paradis et
Laurence Dupin

La députée de Duplessis, Lorraine Richard, est l'une de ces personnes. Dès qu'elle a appris l'existence de ce « sondage » en soirée lundi, elle a contacté le cabinet de la ministre de la Santé et des Services sociaux, Danielle McCann. Dès le mardi matin, les appels prenaient fin.

« J'ai trouvé ça horrible et inacceptable », a pesté Mme Richard, par ailleurs « outrée que personne n'ait levé un drapeau rouge. C'est quelqu'un qui avait un mauvais jugement qui a pris cette décision », a-t-elle ajouté. « Quand la situation de santé d'une personne se détériore, ok, ce sont des questions qu'on peut poser mais là, ce n'est pas du tout le même contexte », d'enchaîner la porte-couleur péquiste.

« Des infirmières ont appelé nos personnes âgées suite à une directive de la santé



Randy Jones, préfet de la MRC du Golfe-du-Saint-Laurent et maire de Gros-Mécatina, a rapidement réagi lorsque les habitants de sa municipalité l'ont appelé.

publique, une directive du gouvernement, mais en Basse-Côte-Nord nous avons de nombreuses personnes âgées qui ont besoin qu'on leur explique. On ne peut pas les appeler comme cela sans qu'il y ait un membre de leur famille et sans explication claire », a souligné Randy Jones, préfet de la MRC du Golfe-du-Saint-Laurent et maire de Gros-Mécatina.

Ce n'est pas le message en tant que tel qui le choque mais la façon dont tout cela a été fait. « Lorsque j'ai reçu le message sur ce qui se passait, j'en ai perdu l'appétit et le sommeil. Pour nous, les personnes âgées sont notre

trésor. C'est notre histoire, notre culture », précise-t-il.

Pas des plus convenables

Le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de la Côte-Nord a reconnu « que la façon de s'exprimer n'a pas été des plus convenables auprès de la population de la Basse-Côte-Nord » et

qu'il allait rectifier le tir dans sa manière de procéder, a indiqué dans un échange de courriels la porte-parole de l'organisation, Myriam Gagné.

« Le but n'est pas d'inquiéter la population, au contraire, mais de répondre aux besoins et préoccupations, a poursuivi la porte-parole. Chaque personne, ou la per-

« Pour nous, les personnes âgées sont notre trésor. C'est notre histoire, notre culture. »

– Randy Jones

sonne autorisée en temps de décision, peut réfléchir à son avenir, à ce qu'elle souhaite pour son propre bien. »

Selon Mme Richard, cette manière de faire émanerait de la Fédération des médecins omnipraticiens du Québec (FMOQ). C'est du moins ce qu'elle a retenu de ses échanges avec le cabinet de la ministre et la direction du CISSS.

La fédération se défend bien d'avoir fait quelque demande que ce soit. « Les directives n'émanent pas de la FMOQ, elles émanent du gouvernement. Nous ne faisons que relayer le message. Nous n'avons aucun pouvoir pour émettre des directives », a soutenu la conseillère en affaires publiques de la FMOQ, Mélissa Turgeon.

La directive est plutôt que les médecins doivent mettre à jour les niveaux de soins pour leurs patients d'ici peu afin, notamment, « d'éviter le plus possible les transferts en milieu hospitalier, particulièrement à l'urgence ». À part le dispensaire, il n'y a pas d'urgence dans la grande majorité des localités de la Côte-Nord.

La porte-parole a aussi assuré que la directive s'adressait aux médecins pratiquant dans les centres d'hébergement et de soins de longue durée. « Ce n'est pas pour faire des appels dans la population en général », a assuré Mme Turgeon.

Les actualités de la Minganie sont une collaboration de la radio **CILE Havre-Saint-Pierre** et de votre journal **Le Nord-Côtier**.

CILE
INFORMATIONS
www.cilemf.com
CILE 95,1



COVID-19

Retard et augmentation des coûts de transport

L'approvisionnement des entreprises de biens essentiels étant déjà plus laborieux que d'ordinaire à l'ère de la COVID-19, l'horaire réduit du service de traversier Tadoussac-Baie-Ste-Catherine entraîne des conséquences financières et logistiques importantes pour ces dernières.

Shirley Kennedy

Afin de s'assurer de livrer la marchandise dans les meilleurs délais, plusieurs compagnies de transport contournent le service de traversier en passant par le Saguenay et la route 172.

Ce 200 km supplémentaire entraîne des coûts que les compagnies refilent au client, question de rentabilité.

C'est le cas du Groupe Morneau, un des plus importants transporteurs de l'Est du Canada, qui par communiqué acheminé à sa clientèle le 9 avril, l'avise qu'il doit revoir ses tarifs à la hausse, en raison du nouvel horaire du service de traversier.

« Ce changement d'horaire force notre équipe à détourner nos opérations vers des chemins alternatifs qui sont



Les marchés d'alimentation de la Côte-Nord doivent s'adapter aux problématiques du transport compliqué par l'horaire réduit du service de traversier Tadoussac-Baie-Ste-Catherine. Courtoisie

plus coûteux. Ces derniers ne sont malheureusement pas inclus dans nos tarifs habituels. Nous nous voyons donc dans l'obligation d'ajouter un frais exceptionnel sur nos factures pour les diverses zones tarifaires impactées par ce changement. Ce frais est en vigueur pour les transports effectués depuis le 6 avril et demeurera effectif jusqu'à ce que la STQ retire ses mesures préventives. », est-il précisé dans le communiqué.

Hausse de 5 % pour Baie-Comeau

Ainsi, les villes opérées par les terminus de Baie-Comeau, Sept-Îles, Wabush et Happy-Valley Goose Bay, subiront une surcharge allant respectivement de 5 % à 2 % sur leur facture.

Pour le propriétaire des Éditions Nordiques Simon Brisson, c'est une note haussée de 1 000 \$ pour transporter ses publications de la Côte-Nord. Une situation qu'il dénonce vivement et qui le heurte dans ses valeurs entrepreneuriales profondes, lui qui tente par tous les moyens de traverser cette crise tout en continuant d'informer la population.

« Ce n'est pas normal qu'il n'y ait pas quelqu'un qui gère cette Société des traversiers du Québec, qui ne puisse pas comprendre que le bateau, c'est notre route. Qu'ils réduisent ou qu'ils ferment les traversiers de Lévis et de St-Ignace-de-Loyola qui ne sont pas vitaux pour ces populations-là puisqu'ils

ont des routes, et qu'ils fassent venir le personnel requis pour que la population et les entreprises de la Côte-Nord puissent avoir un service de traversier 24 h sur 24, c'est un minimum. »

Marchés d'alimentation

L'horaire réduit du traversier Tadoussac-Baie-Ste-Catherine entraîne des retards de livraison pour les marchés d'alimentation de la Côte-Nord. Luc Thibeault, directeur du Provigo de Baie-Comeau, constate des délais supplémentaires de 24 heures.

« C'est sûr que oui la vanne arrive en retard. Elle est pognée souvent à Baie-Ste-Catherine. Donc au lieu d'arriver le mardi elle arrive le mercredi. C'est plus compliqué pour les employés de remplir les tablettes, nous sommes déjà surchargés. »

Pour Annie Pomerleau, gérante du Provigo de Port-Cartier, les retards de livraison sont davantage imputables aux entrepôts « qui ne

sont plus capables de fournir ».

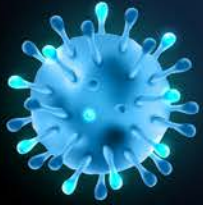
Le marchand propriétaire du Provigo de Forestville Martin Lapierre, estime que l'horaire du traversier nuit considérablement à son entreprise. « Effectivement nos entrepôts ont de la misère à fournir. Ils pourraient m'envoyer un chauffeur de nuit mais le traversier ne fonctionne pas. Donc, ça refoule pour toute la Côte-Nord et ça peut retarder de deux jours. Ça commence à être de plus en plus difficile. »

Même son de cloche du côté de l'Inter Marché Laurencelle des Escoumins. L'horaire du traversier chamboule la logistique dans l'horaire de ses employés et dans la gestion de la surface en heure de pointe. « Aujourd'hui nos vans ont du retard. Au lieu de recevoir mon stock cette nuit, qui aurait été dans les tablettes à l'ouverture, mes employés vont rentrer plus tard. C'est rien pour nous aider. Ça crée des embouteillages qu'on pourrait éviter. »

« Ce changement d'horaire force notre équipe à détourner nos opérations vers des chemins alternatifs qui sont plus coûteux (...)

Nous nous voyons donc dans l'obligation d'ajouter un frais exceptionnel sur nos factures pour les diverses zones tarifaires impactées par ce changement.»

– Groupe Morneau



COVID-19

Les défis des producteurs locaux

En lançant le mouvement **Mangeons local plus que jamais!**, l'Union des producteurs agricoles (UPA) veut conscientiser la population à l'importance de l'agriculture locale. « Il faut maximiser les achats locaux, dans un circuit court », approuve Yves Laurencelle, président de l'UPA de la Côte-Nord.

Johannie Gaudreault

Selon M. Laurencelle, la pandémie de la COVID-19 créera un revirement dans la façon de consommer des gens. « C'est plate que ça prenne un événement épouvantable comme celui-là pour démontrer à quel point les producteurs locaux sont essentiels pour garnir notre garde-manger », estime-t-il.

Inquiétudes

Les 127 producteurs agricoles de la Côte-Nord font présentement face à des inquiétudes concernant leur saison 2020. « Le retardement de l'embauche de travailleurs étrangers, la diminution de la production laitière, le vétérinaire de Charlevoix qui ne peut plus traverser pour une urgence la nuit, les fermetures d'usine sont tous des causes de stress en ce moment », déclare Yves Laurencelle.

Toutefois, la majorité des agriculteurs nord-côtiers poursuivent leurs opérations, en instaurant des mesures sanitaires plus strictes. « Ma boutique physique est fermée, mais je continue de vendre en ligne et les clients peuvent venir ramasser leur commande sur place, sans contact », mentionne Marie-Pierre Fortier, propriétaire d'Herbamiel à Sacré-Cœur.

Quant à sa production, elle n'est pas retardée puisqu'elle travaille seule, mais elle a annulé la venue de bénévoles et stagiaires sur la ferme



Les revenus diminuent pour les producteurs laitiers.

pour cette année. « Cet été, j'aurai des modifications à faire pour que ma boutique permette l'entrée de clients et visiteurs tout en respectant la distanciation sociale de deux mètres », soutient l'apicultrice haute-nordcôtère.

Production laitière

Au niveau de la production laitière, la ferme Claude Perron de Sacré-Cœur ne doit pas passer son quota. « Je n'ai plus de pourcentage en surplus à produire ou de journées additionnelles, comme c'était le cas avant. Donc, les revenus diminuent un peu, mais je ne dois pas jeter de lait pour le moment », affirme le copropriétaire de l'entreprise familiale (5e génération), Jason Perron.

La ferme laitière vend sa production à la Fromagerie St-Fidèle qui la transforme en fromage suisse. Leurs produits étant vendus dans les grandes surfaces comme Costco, la demande demeure encore forte, selon M. Perron. Toutefois, il recevra 20\$ en moins par 100 litres de lait dès le mois prochain en raison de la diminution des ventes aux restaurants, hôtels, écoles, etc.

À la ferme Claude Perron, des mesures ont été mises en place afin de contrer la propagation du coronavirus. « Nous avons installé une affiche

Biosécurité à la ferme et nos visiteurs doivent se désinfecter les mains, porter des bottes avec du plastique, entre autres », d'expliquer Jason

Perron. L'hiver, seulement deux employés (Jason et son père) travaillent à la ferme, mais l'été, ils embauchent des étudiants.

Industrie du bleuet

L'industrie du bleuet ne vit pas d'impact en raison de la pandémie, pour l'instant. « Les usines de congélation sont à pleine capacité dans la région », confirme Daniel Harvey, président de l'Association des producteurs de bleuets de la Côte-Nord. Mais, les producteurs ont d'autres casse-têtes.



« Nous pensons déjà aux moyens de respecter la distanciation sociale dans les champs et à trouver de la main-d'œuvre locale puisque les immigrants ne pourront pas franchir les frontières, atteste M. Harvey. Nous sommes aussi en attente en ce qui concerne la livraison d'engrais, l'accessibilité de la machinerie, l'achat d'équipement spécialisé comme les polinisateur. »

Daniel Harvey applaudit l'initiative de l'UPA pour inciter les gens à manger localement. « Les bleuets du Chili, par exemple, ils doivent être livrés ici par avion et non en bateau. Donc, imaginez l'empreinte environnementale que ça entraîne, alors qu'on en a des frais de chez-nous », témoigne-t-il.

L'UPA recommande de manger localement pour découvrir la diversité et la qualité des produits d'ici, s'approvisionner en aliments frais et de qualité, diminuer notre empreinte environnementale et contribuer à « un mouvement incarné par les producteurs et porté par la population ».

Université du Québec à Chicoutimi

Formation continue

SUR MESURE

EN LIGNE



Faites-nous part des besoins de votre organisation

formationcontinue.uqac.ca

Expertise et pertinence

Un choix **LOCAL** POUR LE
DÉVELOPPEMENT
DES COMPÉTENCES



UQAC



COVID-19

Le ras-le-bol de Roger



Au royaume du confinement, Roger* se sent comme un poisson rouge dans un verre de shooter. Il en a marre. Ras-le-bol. Il a son truck. Loin d'être novice en la matière, le routier fait partie du club très sélect des kings de la 138. Des tempêtes il en a traversé, des moteurs il en a sauté, des transmissions il en a cassé. Contre la côte à Matou il a pesté, traversant Charlevoix, monts et vallées, il a blasphémé.

Shirley Kennedy | shirley.kennedy@journalhcn.com

CHRONIQUE

Après des millions de kilomètres engloutis et 45 ans de métier, y a pas grand-chose pour déranger Roger.

« Un gars s'adapte », qu'il dit. En digne baby-boomer issu de la génération silencieuse, Roger c'est pas un « lamenteux ».

Même le bateau, il faisait avec, bien qu'il ne s'est jamais gêné pour le décrier, lui et ses congénères râleurs de première de la citizen-band.

Depuis le 3 avril, Roger est furax. Le nouvel horaire du traversier, il l'a en travers du gosier. En fait, ça lui fait perdre un temps fou.

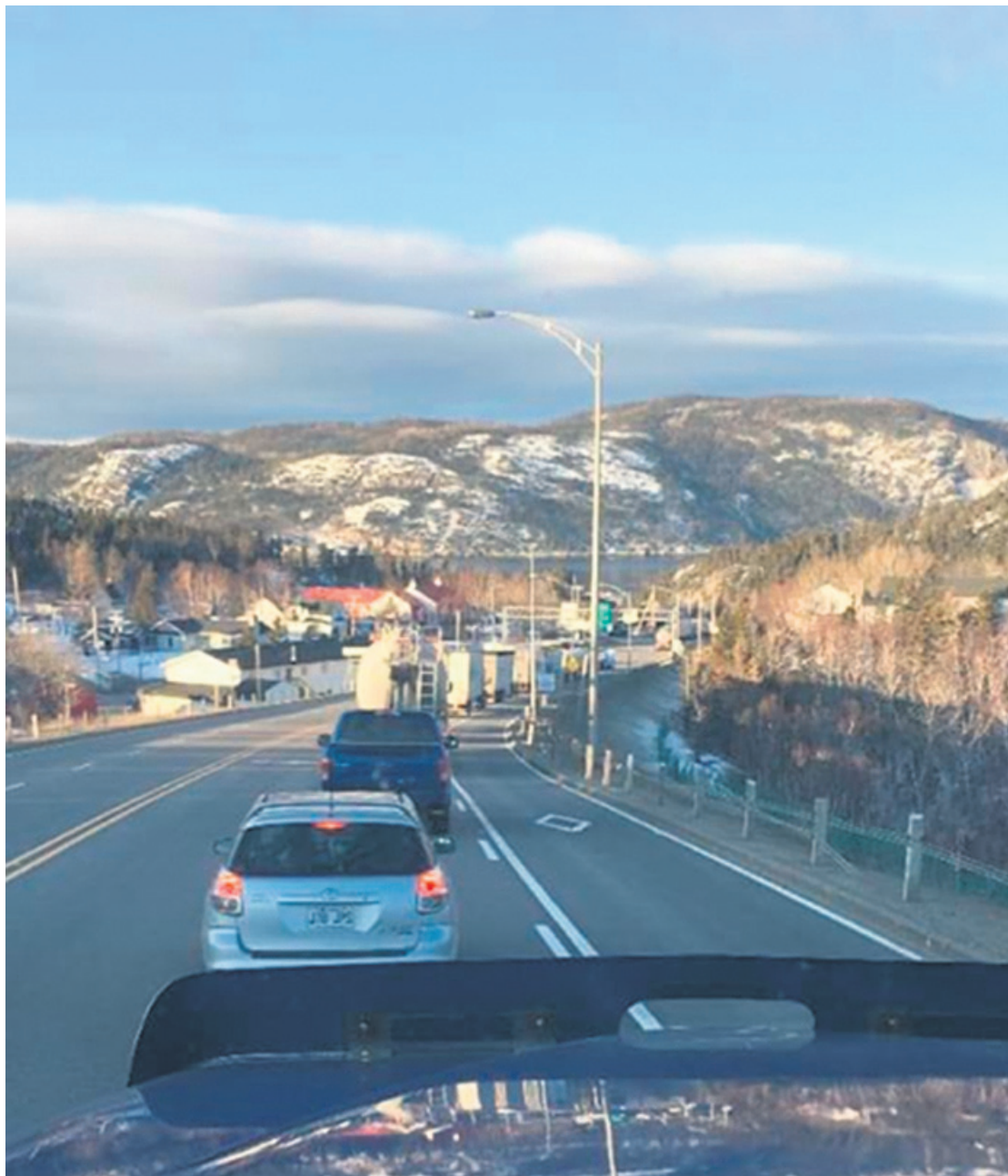
« Le matin à 6 heures, y a une file dans la côte de Tadoussac. Juste des trucks. Et rien qu'un bateau. Fake des fois, on n'embarque pas. »

Comme la semaine passée, Roger est arrivé à 5 h 45 le matin pour prendre le bateau de sept heures.

Bien qu'il se sente invincible derrière le volant de son Kenworth rutilant, Roger le coq, il est resté sur le quai.

Et son pote Johnny, le soir-même, il est « resté parké dans la côte de Baie-Ste-Catherine », de 20 h à 7 h 30 du matin. Lui et une dizaine de trucks qui transportent des copeaux.

« T'es dans la côte, pas de toilettes, tu peux pas dire à tes intestins : attends à



Roger*, dans la file d'attente à la traverse Tadoussac/Baie-Sainte-Catherine. Courtoisie

demain matin. »

Le bateau de jour et le logbook réunis, c'est l'enfer sur terre pour Roger et sa bande, transporteurs de

biens essentiels en ce temps de pandémie.

« Ma femme, au bout de 2-3 jours elle a oublié. Le logbook lui, il garde ça 14 jours

pis il pardonne pas », blague Roger.

Parkés à l'Étape, à Sacré-Cœur, à Forestville, à Baie-Ste-Catherine, à Tadoussac.

C'est la tour de Babel.

Les douches se font plus rares, crise sanitaire oblige, et les salles à manger aussi.

Roger, il est né pour rouler. Quatorze heures par jour, cinq jours par semaine, la musique dans le tapis.

Rouler, rouler, il est encore temps de rouler

Personne, personne ne peut m'arrêter

Plus loin, plus loin, toujours l'idée d'aller plus loin

C'est ma, c'est ma seule raison d'exister

10-4 Roger!

* Nom fictif afin de protéger l'identité du sujet

« Le matin à 6 h, y a une file dans la côte de Tadoussac. Juste des trucks. Et rien qu'un bateau. Fake des fois, on n'embarque pas. »

– Roger*



PETITES ANNONCES

POUR ACHETER. POUR VENDRE. Près de chez vous!

DE PENTECÔTE À NATASHQUAN
Contactez
Raymonde Massé
418 960-2090 poste 2400

HEURE DE TOMBÉE : Vendredi 11 h
MODE DE PAIEMENT : Comptant, Visa ou Mastercard

TARIFICATION
20 mots et moins : 9 \$
Mot additionnel : 20 ¢ du mot
Couleur : 15 \$
Avec photo : 30 \$
Prières et remerciements : 12 \$
Marché aux puces : 99 ¢
(Article d'une valeur de 300 \$ et moins, maximum 4 mots.)

SUR PLACE :
719, boul. Laure Sept-Îles

PAR TÉLÉPHONE :
418 960-2090 poste 2400

Taxes incluses. Toutes les annonces classées devront être payées avant parution.

Par courriel : journal@lenord-cotier.com

Le Nord-Côtier
L'hebdo quotidien

LOGEMENTS À LOUER :

3 1/2 pièces à louer à Port-Cartier, rénové à neuf. Pour information; 418 768-6599

Groupe Soluplex a plusieurs logements disponibles à Sept-Îles et Port-Cartier. Contactez-nous à : info@groupe-soluplex.ca ou au 418-960-4895 pour plus d'infos et il nous fera plaisir de vous aider à vous loger selon vos besoins.

APPARTEMENTS DU GOUVERNEUR 418 968-8816 2 1/2 et 3 1/2, chauffés éclairés, semi-meublés, 4 1/2 et 5 1/2 non-meublés, chauffés, éclairés, intercom, bien situés, endroit tranquille. Libres immédiatement.

CHAMBRE À LOUER :

2 chambres à louer situées au parc Ferland pour travailleur seulement 150 \$ par semaine, tout inclu. Pour information 418 968 9131

ANIMAUX :

Toilettage Brigitte (canin), service personnalisé et transport au besoin. Tél : 418-968-2493

OFFRE DE SERVICE

Déneigement de toiture à bon marché. Contacter Michel au 418-960-4963

DIVERS A VENDRE :

Machine apnée du sommeil, service 2 semaines, neuve. Acheté en 2018 encore sous garantie, 800\$. Pour information 418-961-3035

A vendre : BOIS DE CÈDRE chez Fabrication LAM Inc, tout ce dont vous avez besoin pour vos projets. Contactez-nous au (418)296-9565.

DIVERS :

RACHAT de vos carabines et fusils, je m'occupe des transferts et j'ai mon permis valide. Tél. 418 905-ARME (2763)

ASTROLOGIE/ OCCULTISME/ CARTOMANCIE

Ana Médium pure, 40 ans d'expérience, ne pose aucune question, réponses précises et datées, confidentielles. Tél.: 514-613-0179 (Avec ou sans Visa/Mastercard)

N'oubliez pas de recycler ce journal

Immobilière Joie de Vivre



SIGNEZ VOTRE BAIL MAINTENANT, DÉMÉNAGEZ PLUS TARD

1 1/2 3 1/2 4 1/2 5 1/2

418 968-8411
joiedevivre@leclairinc.net

APPARTEMENTS MINGAN

1 1/2 • 2 1/2 • 3 1/2 • 4 1/2 • 5 1/2

494, Franquelin
(face à l'hôpital)

- Buanderie • Système d'intercom • Sécurité
- Tranquillité • Propreté • Meublés, chauffés, éclairés
- Câble et internet fournis • Literie, vaisselle, etc...

NOUVEAU
Loc. journalière

418 350-4345

lenord-cotier.com

MAISON À VENDRE



Maison à vendre au 1019 rue Gallienne, 3 chambres, 2 salles de bain, solarium (16'x 20'), grand garage chauffé (20'x 28'), grand terrain de 14 000 pieds carré. **Prix demandé 248 500\$ négociable.**
Pour information 418 968-5471

Vendre soi-même... ou avec un courtier?
Et pourquoi pas les deux!

JOANNE CLOUTIER
B.A.A.
courtier immobilier résidentiel et commercial
418.961.9611

Profitez de l'avantage
Proprio Direct

Proprio Direct
AGENCE IMMOBILIÈRE

APPARTEMENTS LE CONCORDE
418 968-8833

Studios
3 1/2 - 4 1/2 - 5 1/2

- * Chauffés
- * Éclairés
- * Centre-ville

418 968-8833

MULTI LOGIS **MULTI BLOCS**

3 1/2 - Rénovés
Libres immédiatement

Situés au centre-ville, Sept-Îles
Bureau : 685-A, Giasson #1
Service 24/24 - 7 jours/7
418 968-3343

Visitez notre site Internet
www.multi-logis.com

HABITATIONS PORT-CARTIER

Bachelors,
3 1/2, 4 1/2, 5 1/2
Chauffés, éclairés.

Pour information :
418 766-4321

LOGEMENTS *pour votre confort*

CÔTE-NORD

4 1/2 - 5 1/2
1 mois gratuit

Sur approbation de crédit
418-960-0250
418-350-0837 • 418-960-4480
www.logementscotenord.ca

Dans l'affaire de la faillite de 9365-7161 QUÉBEC INC. (Top Café)
VENTE PAR VOIE DE SOUMISSIONS

Des soumissions sont demandées pour les actifs ci-après décrits :

DESCRIPTION DES ACTIFS

LOT 1 Immeuble commercial et terrain au 32 rue Plante, Port-Cartier, G5B 2E4

LOT 2 Équipement de cuisine, mobilier de restaurant et mobilier de bureau

CONDITIONS ET RÉSERVES SE RAPPORTANT À LA VENTE DES BIENS

Les actifs peuvent être vendus par lots ou en bloc. Les conditions et réserves se rapportant à la vente des actifs pourront être obtenus auprès du syndic aux coordonnées indiquées ci-dessous.

Ces conditions et réserves font partie intégrante de la demande de soumissions et le soumissionnaire a la responsabilité de s'en procurer une copie. Un dépôt de 5 % pour le lot 1 et de 15% pour les autres lots devra accompagner votre soumission, et être transmis par poste prioritaire par chèque certifié ou traite bancaire.

INSPECTION DES ACTIFS

Veuillez communiquer avec Louise Gagnon par courriel au logagnon@bdo.ca ou par téléphone au 1-800-463-0645 afin d'obtenir plus de renseignements sur les actifs et les potentielles visites.

OUVERTURE DES SOUMISSIONS

Exceptionnellement, les soumissions devront être transmises par courriel au logagnon@bdo.ca ou par télécopieur au 418-725-5406. Elles devront être reçues avant 11h00 le 29 avril 2020.

Le dépôt requis devra être transmis par poste prioritaire au bureau de BDO Canada Limitée situé au 165 avenue Belzile, bureau 201, à Rimouski (Québec) G5L 8Y2 et le sceau doit indiquer une date de mise à la poste au plus tard le 29 avril 2020.

L'ouverture des soumissions aura lieu le 29 avril 2020 à 11h05, au bureau du syndic. Les soumissionnaires ne sont pas invités à assister à l'ouverture des soumissions.

BDO Canada Limitée
165, avenue Belzile,
Bureau 201
Rimouski (Québec)
G5L 8Y2
1-800-463-0645 ou
418-734-1212

BDO



N'oubliez pas de recycler ce journal

MARCHEURS RECHERCHÉS



VOUS DEVREZ ÊTRE DISPONIBLES LE MERCREDI

- Salaire minimum
- Pour combler des routes volantes

Le Nord-Côtier

418 960-2090

HAÏKU
du blanc tout autour
préparer un potage
aux couleurs d'été



Hélène Bouchard, Groupe Haïku Sept-Îles

AVIS PUBLIC



DÉROGATIONS MINEURES À LA RÉGLEMENTATION D'URBANISME

AVIS PUBLIC est donné à la population que le conseil municipal de la Ville de Sept-Îles statuera, en séance ordinaire du **LUNDI 11 MAI 2020 à 19 h**, afin de se prononcer sur les demandes de dérogations mineures à la réglementation d'urbanisme de la municipalité concernant les immeubles suivants :

Dérogation mineure n° 2020-009 – 42, rue Scheffer

Une dérogation mineure est demandée afin d'accepter la hauteur à mi-toit du garage projeté de 4,77 mètres, au lieu de 4 mètres maximum, le tout contrairement à l'article 7.3.2, alinéa 1° du règlement de zonage n° 2007-103.

Dérogation mineure n° 2020-011 – 1221-1225, rue Fecteau

Une dérogation mineure est demandée afin d'accepter :

- que l'entrée du logement projeté soit située sur la façade du bâtiment principal, le tout contrairement à l'article 7.2.3, paragraphe B), alinéa 2° du règlement de zonage n° 2007-103;
- la superficie du logement projeté de 81 mètres carrés au lieu de 65 mètres carrés maximum, le tout contrairement à l'article 7.2.3, paragraphe B), alinéa 4° du règlement de zonage n° 2007-103.

Dérogation mineure n° 2020-012 – 13, rue Evelynne-Bignelle

Une dérogation mineure est demandée afin d'accepter la superficie du logement projeté de 103 mètres carrés, représentant 55 % de la superficie totale de plancher du logement principal, au lieu de 65 mètres carrés maximum, sans excéder 50 % de la superficie totale de plancher du logement principal, le tout contrairement à l'article 7.2.3, paragraphe B), alinéa 4° du règlement de zonage n° 2007-103.

Dérogation mineure n° 2020-014 – 112, rue Little

Une dérogation mineure est demandée afin d'accepter la superficie du logement projeté de 82 mètres carrés au lieu de 65 mètres carrés maximum, le tout contrairement à l'article 7.2.3, paragraphe B), alinéa 4° du règlement de zonage n° 2007-103.

Dérogation mineure n° 2020-018 – 913, boulevard Laure

Une dérogation mineure est demandée afin d'accepter :

- l'installation de deux (2) enseignes commerciales projetées (enseignes pré-menu n° 1 et 2), portant le nombre d'enseignes isolées à trois (3), alors que le maximum est d'une (1) seule par terrain, le tout contrairement à l'article 12.12.1 par. b) al. 1° du règlement de zonage n° 2007-103;
- l'absence d'une aire d'aménagement d'une superficie minimale de 2 m² à la base de l'enseigne commerciale projetée (enseigne menu n° 3), le tout contrairement à l'article 12.12.1 par. b) al. 1° du règlement de zonage n° 2007-103;
- la répétition de deux (2) enseignes utilitaires projetées affichant le même message (enseignes menu n° 3 et 4), alors que la répétition n'est pas autorisée, le tout contrairement à l'article 12.12.9 par. b) al. 3 du règlement de zonage n° 2007-103.

Dérogation mineure n° 2020-019 – 151, avenue Gamache

Une dérogation mineure est demandée afin d'accepter :

- la hauteur de la porte du garage isolé projeté à 3,35 mètres au lieu de 2,74 mètres, le tout contrairement à l'article 7.3.1.1 al. 4° du règlement de zonage n° 2007-103;
- la hauteur du garage isolé projeté à 4,88 mètres au lieu de 4,0 mètres maximum, le tout contrairement à l'article 7.3.2 al. 1° du règlement de zonage n° 2007-103.

Dérogation mineure n° 2020-024 – 102, avenue Franquelin

Une dérogation mineure est demandée afin d'accepter la marge latérale du garage existant de 0,52 mètre au lieu de 1,0 mètre minimum, le tout contrairement à l'article 7.3.2 al. 2° du règlement de zonage n° 2007-103.

Dérogation mineure n° 2020-027 – 482, avenue Brochu

Une dérogation mineure est demandée afin d'accepter que la bordure de béton entourant le stationnement projeté soit située à 0,63 mètre de la limite de terrain au lieu de 1,0 mètre minimum, le tout contrairement à l'article 11.1.5 du règlement de zonage n° 2007-103.

Dérogation mineure n° 2020-029 – 1505, chemin de la Pointe-Noire

Une dérogation mineure est demandée afin d'accepter :

- le bâtiment principal projeté d'une superficie de 34,19 mètres carrés, au lieu de 51 mètres carrés minimum, le tout contrairement à l'article 6.1.2 du règlement de zonage n° 2007-103;
- la profondeur du bâtiment principal projeté de 3,51 mètres au lieu de 7 mètres minimum, le tout contrairement à l'article 6.1.3 du règlement de zonage n° 2007-103;
- l'angle du bâtiment principal avec la ligne de rue de 35 degrés, au lieu de 12 degrés maximum, le tout contrairement à l'article 6.1.3 du règlement de zonage n° 2007-103;
- la clôture ceinturant l'aire d'entreposage d'une hauteur de 1,2 mètre, au lieu de deux (2) mètres minimum, le tout contrairement à l'article 17.4.1 (type D) du règlement de zonage n° 2007-103;
- la hauteur du bâtiment principal projeté de 3,8 mètres au lieu de 4,5 mètres minimum, le tout contrairement au cahier des spécifications du règlement de zonage n° 2007-103.

Dérogation mineure n° 2020-030 – 400, avenue Arnaud

Une dérogation mineure est demandée afin d'accepter :

- la terrasse projetée située à 0,94 mètre de la ligne latérale du terrain, au lieu de deux (2) mètres minimum, le tout contrairement à l'article 7.4.3.4, par. 3° du règlement de zonage n° 2007-103;
- l'absence de cases de stationnement pour l'agrandissement projeté (terrasse) au lieu de deux (2) cases minimum, le tout contrairement à l'article 11.1.8.3 du règlement de zonage n° 2007-103.

Dérogation mineure n° 2020-031 – 700, boulevard Laure

Une dérogation mineure est demandée afin d'accepter l'absence de cases de stationnement pour l'agrandissement projeté du local 114 (Clickafé) au lieu de six (6) cases minimum, le tout contrairement à l'article 11.1.7.2 par. 3° du règlement de zonage n° 2007-103.

Dérogation mineure n° 2020-032 – 279, rue des Campeurs

Une dérogation mineure est demandée afin d'accepter :

- la largeur du lot n° 3 668 984 de 20,11 mètres au lieu de 50 mètres minimum, le tout contrairement à l'article 4.2.1.1 du règlement de lotissement n° 2007-104;
- la superficie du lot n° 3 668 984 de 1 523,9 mètres carrés au lieu de 4 000 mètres carrés minimum, le tout contrairement à l'article 4.2.1.1 du règlement de lotissement n° 2007-104;
- la superficie du bâtiment principal, incluant l'agrandissement projeté, de 62,26 mètres carrés, au lieu de 65 mètres carrés minimum, le tout contrairement à l'article 6.1.2 du règlement de zonage n° 2007-103;
- la hauteur minimale respectée sur 78,2 % du bâtiment principal, incluant l'agrandissement projeté, au lieu de 80 % minimum, le tout contrairement à l'article 6.1.4 du règlement de zonage n° 2007-103.

COVID-19

PROCÉDURE DE CONSULTATION ÉCRITE

En raison de la pandémie de la COVID-19, le conseil municipal de la Ville de Sept-Îles a désigné toute demande de dérogation mineure à titre d'acte prioritaire tel que prévu à l'arrêté ministériel n° 2020-008 et daté du 22 mars 2020. Par conséquent, la procédure habituelle prévue à la Loi sur l'aménagement et l'urbanisme est remplacée par une consultation écrite.

Toute personne intéressée par les demandes de dérogations mineures précitées, qu'elles soient favorables ou défavorables, peuvent faire parvenir leurs commentaires par écrit en transmettant un courriel à urbanisme@ville.sept-iles.qc.ca, et ce, d'ici le 7 mai 2020. Les commentaires reçus seront transmis aux membres du conseil municipal avant la séance ordinaire du conseil du 11 mai 2020.

DONNÉ À SEPT-ÎLES, ce 9^e jour du mois d'avril 2020.

M^e VALÉRIE HAINCE, OMA
Greffière

DU 19 AU 25 AVRIL SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Chers bénévoles, je vous aime



Chapeau aux bénévoles qui s'impliquent pendant la COVID-19!

Du 19 au 25 avril 2020 se déroule la Semaine de l'action bénévole. Dans le contexte particulier de la pandémie de coronavirus, nous devrions doublement rendre hommage aux Québécoises et aux Québécois qui donnent généreusement de leur temps auprès de divers organismes communautaires. Le thème choisi cette année par la Fédération des centres d'action bénévole du Québec est « Bénévolat, c'est chic », mais dans les circonstances actuelles, il serait judicieux d'ajouter « et héroïque! ».

Une situation préoccupante
Lorsque le gouvernement du Québec a demandé aux citoyens de 70 ans et plus de rester à la maison pour leur sécurité, plusieurs organismes se sont brusquement retrouvés en manque criant de bénévoles. Ainsi, un appel à la solidarité a été lancé à tous les individus en bonne santé et qui ont du temps à donner pour permettre à ces ressources de poursuivre leurs activités.

Une contribution importante
Vous voulez vous sentir utile pendant la crise de la COVID-19, mais ne savez pas quoi faire? Voici quelques-unes des tâches bénévoles que vous pourriez effectuer pour alléger le fardeau du personnel des organismes communautaires :

- Effectuer du transport et de l'accompagnement;
- Répondre à des appels sur une ligne d'écoute;
- Livrer des repas à domicile à des personnes confinées;
- Collecter des dons pour les plus démunis;
- Préparer des commandes de denrées;
- Appeler des personnes âgées isolées pour leur faire la conversation;
- Confectionner des boîtes de dépannage alimentaire.

Prêt à vous atteler à la tâche pour venir en aide aux individus les plus vulnérables de notre société? Informez-vous auprès des organismes de votre municipalité pour vérifier s'ils ont besoin d'un coup

de main ou visitez le site jebenevole.ca pour découvrir les organismes de votre région à la recherche de bénévoles.

Merci de votre dévouement!



Lorraine Richard
Députée de Duplessis

En cette semaine de l'action bénévole, je tiens à remercier tous ces bénévoles qui s'investissent chaque jour pour faire une différence dans la vie de leur prochain.

En tout temps, la présence de ces gens engagés et dévoués est simplement essentielle.

En cette période, les savoir à nos côtés nous rassure grandement.

Merci pour tout!



ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC



Merci de votre engagement et de votre passion!

Merci d'enseigner nos journées!

Merci d'être à l'écoute...

Merci de prendre soin d'autrui.

Merci de faire de notre ville un endroit si dynamique!

La Ville de Sept-Îles salue toutes ces personnes qui offrent leur temps, leur talent et leur passion au service de la collectivité.

Fièrement
bénévole!



COVID-19

Le « plan A » de la STQ ne fait pas l'unanimité

La Société des traversiers du Québec (STQ) estime qu'elle n'avait d'autre choix. L'instauration de l'horaire de jour le 3 avril et la décision de transporter par hélicoptère des employés résidents de Baie-Ste-Catherine, demeureraient et sont toujours les seules options valides.

Shirley Kennedy

« Le plan A », évoqué dans un courriel par la porte-parole Audrey Cloutier le 8 avril, a été confirmé le lendemain par son collègue Alexandre Lavoie : pas question de faire marche arrière ou de donner un coup de barre afin d'améliorer la fluidité du transport des matières essentielles sur le territoire nord-côtier.

« Ça va rester comme ça si on veut maintenir le service à long terme », a tranché Alexandre Lavoie, porte-parole de la STQ, lors de son entretien avec le journal Haute-Côte-Nord le 9 avril.

Selon lui, le service de traversier Tadoussac-Baie-Ste-Catherine fonctionne avec un taux d'absentéisme estimé à 30 %, toutes raisons confondues.

« Mais ce chiffre-là, ça vaut ce que ça vaut. On pourrait être à 50 % d'absentéisme et faire face à moins d'enjeux. C'est selon les qualifications du personnel. Dans certaines entreprises de services essentiels, ils peuvent se dépanner selon différents postes, contrairement à nous. On ne peut pas prendre un matelot pour remplacer un premier officier. »

Alexandre Lavoie soutient que l'horaire de jour du traversier requiert toutes les ressources disponibles actuellement, bien qu'il soit critiqué par des transporteurs et propriétaires d'entreprises



Les traversées de nuit sont interrompues pour une période indéterminée du côté du service de traversier Tadoussac-Baie-Ste-Catherine. Photo Facebook

et services dits essentiels.

« Nous n'avons pas les effectifs pour mettre deux navires en service aux heures d'achalandage, en tenant compte des exigences au niveau du personnel breveté et du nombre de mécaniciens et de matelots. »

Personnel de la fonction publique

Le porte-parole de la STQ précise que les employés qui ne sont pas au travail le sont « pour des raisons très valables, que ce soit en confinement obligatoire ou volontaire et que ces derniers respectent les recommandations du gouvernement. »

Interrogé à l'effet que des employés de la traverse Tadoussac-Baie-Ste-Catherine se soient prévalus de la prérogative gouvernementale dédiée au personnel de la fonction publique, monsieur Lavoie a référé au site Web du sujet concerné en guise de réponse.

Au chapitre traitant des écoles et services de garde, il est mentionné que le parent d'un enfant requérant la présence d'une personne responsable pour assurer la sécurité de son enfant doit prendre les moyens raisonnables pour éviter de s'absenter.

Si les deux parents œuvrent dans la fonction publique et sont considérés comme travailleurs essentiels, un seul des deux peut s'absenter du travail pour assurer la sécurité de son enfant. Si le parent doit s'absenter, son traitement est maintenu et le télétravail est favorisé lorsque c'est possible.

Pénurie généralisée

Le responsable des communications de la STQ rappelle que la pénurie de main-d'œuvre qui frappe l'industrie maritime depuis des mois, voire des années, a des répercussions sur tous les services de traversiers de la STQ au Québec, qui

fonctionnent à bas régime depuis la pandémie.

« Nous étions déjà très serrés au niveau de notre personnel avant la crise. »

Quant au transport quotidien des employés de Baie-Ste-Catherine par hélicoptère pour la première traversée matinale du côté de Tadoussac, la STQ s'en remet à la disponibilité du

personnel navigant breveté, qui ne lui permet pas de constituer des équipages provenant entièrement d'une rive ou de l'autre.

« Une fois que les conditions de navigation le permettent, les employés traverseront en zodiac ou grâce à une petite embarcation », a écrit madame Cloutier dans sa réponse du 8 avril.

EN BREF

Des mesures renforcées pour les aînés

(LD) – La ministre de la Santé, Danielle McCann, accompagnée de la ministre responsable des aînés, Marguerite Blais, a annoncé des équipes et des mesures renforcées pour éviter la propagation du coronavirus dans les centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD). La ministre McCann a insisté sur le fait que la situation est préoccupante dans les CHSLD avec la vulnérabilité des aînés. Elle a rappelé que le gouvernement a débloqué 133 millions de dollars pour venir en aide aux CHSLD, que 450 médecins de famille avaient été mis à leur disposition et que 500 infirmiers s'étaient réinscrits à leur ordre pour apporter leur aide.



COVID-19

J'ai mal à mon sport!



Sylvain Turcotte | s.turcotte@lenord-cotier.com

CHRONIQUE

À la mi-mars, quand la COVID-19 a laissé ses premières gouttes de sueur importantes, que la planète sportive s'est mise en mode pause, que les rendez-vous sportifs tant attendus, par moi et par tous les amateurs, ont été reportés dans le temps, même annulés, la pointe du couteau a commencé à s'insérer en moi.

Je n'ai rien contre les reprises Nordiques/Canadiens, les grands moments « vintage », mais j'aime bien mon présent, attendre ce qui vient, ce qui s'en vient, j'ai hâte de vivre le Tournoi Orange, de regarder jouer les meilleurs de l'ATP, d'être rivé devant mon téléviseur pour suivre la vraie saison de la LNH, ses séries de la Coupe Stanley. Plus encore, me dire que je serai à la ligne de départ pour ma course, mon défi de

vélo, en 2020, pas en 2021.

Vendredi, quand le gouvernement du Québec a demandé l'annulation des événements sportifs et culturels jusqu'au 31 août, j'ai eu encore plus mal pour mon sport. Le couteau s'est enfoncé un peu plus profondément en moi. J'ai eu mal pour tous ceux et celles que je côtoie à travers cette passion qui m'anime, le journalisme sportif. Ceux et celles qui mettent tout leur cœur dans le succès de tournois, de rendez-vous sportifs, de ligues, d'associations. Je souffre pour eux. Cette pandémie laissera des traces pour longtemps.

Que sera notre été? Que pourrons-nous faire? Comment cela sera-t-il à l'automne, à l'hiver, à l'été 2021? Oui, on reporte, mais comment se transformera

notre pratique sportive? Ça, on ne le sait pas. Le temps nous le dira certainement.

À vous tous fervents de sports, passionnés, pour qui les saines habitudes de vie sont le cœur de votre quotidien, les parents, les athlètes de tous les niveaux, quand on retrouvera une vie « nor-

male », s'il vous plaît, répondez présents, que ce soit comme simple participant ou comme bénévole.

Participez, contribuez, rendez plus forts nos événements sportifs, nos ligues, nos activités, nos organismes. On parle d'acheter local! On pourrait aussi dire

« Encourage ton sport local, régional! » Lui aussi aura besoin de ton soutien pour se relever de cette crise.

Communauté sportive nord-côtière, c'est en équipe, en guerrier, qu'on gagne des victoires, qu'on se relève. Allons triompher de la COVID-19!

Quand on retrouvera une vie « normale », s'il vous plaît, répondez présents, que ce soit comme simple participant ou comme bénévole.



Toi le sportif, quand on retrouvera une vie « normale », sois présent au départ, ton sport local, régional, aura besoin de ton soutien pour se relever de cette crise laissée par la COVID-19.



PÉRIODE SANITAIRE DE LA COVID-19

Dans la situation actuelle, de plus en plus de personnes ayant perdu leur emploi auront besoin d'aide alimentaire, n'hésitez pas à faire appel au CASI.

Sur rendez-vous téléphonique 418 968-2274, les personnes en difficultés financières ont accès à l'aide alimentaire à la suite d'une situation de précarité. Les personnes et les familles ayant recours au service reçoivent pour un nombre de semaines déterminé des dépannages alimentaires afin de pallier l'incapacité temporaire à nourrir sa famille. Un dépannage alimentaire constitue un soutien à raison d'une fois par mois. Le service du CASI est disponible en semaine du lundi au vendredi, et ce, 52 semaines par année à l'exception des jours fériés.

C'est ensemble que nous réussirons à passer au travers de ces moments difficiles, merci à tous pour le soutien au Comptoir alimentaire de Sept-Îles.

Pour faire un don par virement Interac au: casi@globetrotter.net

ou faire un don par paypal: <https://www.paypal.com>

Au nom du CA et de l'équipe du CASI

Guy Berthe, président

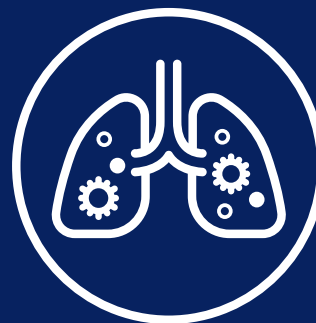
La maladie à coronavirus (COVID-19)
cause une infection respiratoire
pouvant comporter les symptômes suivants :



Fièvre



Toux



Difficultés
respiratoires

Se protéger,
ça sauve des vies.



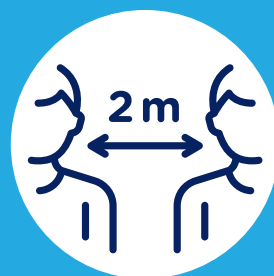
Toussez dans
votre coude



Jetez vos
mouchoirs



Lavez
vos mains



Gardez vos
distances



Restez
à la maison

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

1 877 644-4545