



LES ETCHEMINS

Guide d'accueil

du nouveau résident des Etchemins

Bienvenue
à la maison



Une réalisation de :



Table des matières

 Crédits et remerciements 2	 Services financiers 89
 Mot du préfet 3	 Développement durable 95
 MRC des Etchemins 4	 Médias et communication 100
 Logement 12	 La société québécoise et ses valeurs communes 108
 Alimentation 30	 Services communautaires 117
 Emploi 43	 Météo 124
 Transport 45	 Le français 137
 Santé 67	 Plaintes et numéros d'urgence 144
 Éducation 79	 Immigration 147
 Sports, loisirs et culture 88	



Crédits et remerciements

Ce guide a été créé pour toute nouvelle personne arrivée dans Les Etchemins, ainsi qu'aux intervenants du milieu, pour vous aider à trouver des ressources et des informations essentielles sur les services offerts dans la région.

Conception :

Marianna Ocampo Solis
Véronique Duquet
Ghislain Charest
Sarah Champagne

Relecture :

Judith Leblond
Josée Panneton
Maureen A. Mata Ureña
Mélanie Gilbert
Alyssa Poulin
Neji Zaalouni

Nous sommes fiers de vous présenter ce guide, qui est le résultat d'une solide collaboration entre la MRC des Etchemins, le ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration, le CJE Etchemins et le Centre intégré de santé et de services sociaux de Chaudière-Appalaches.

Nous avons privilégié un langage simplifié, afin d'en faciliter la lecture. Merci de le prendre en considération, car certaines phrases ou mises en page peuvent sembler simplistes, mais c'est le but.

Le format de ce guide, qui se veut un document exhaustif, est un choix. Ce choix est basé sur les souhaits d'un comité composé d'une douzaine de personnes issues de l'immigration, résidentes des Etchemins.

Dans le cas où certaines informations livrées dans ce guide ne seraient plus à jour, nous vous prions de bien vouloir communiquer avec nous afin que nous puissions apporter les modifications nécessaires.

Avec la participation financière de :

Québec 





Mot du préfet

À titre de préfet de la MRC des Etchemins, il me fait plaisir de vous présenter ce guide d'accueil destiné plus particulièrement aux nouveaux arrivants issus de l'immigration. Je suis assuré que ce document sera très utile, non seulement aux personnes immigrantes, mais également aux citoyennes et citoyens qui ont choisi de venir s'établir dans notre MRC.

Je suis persuadé que ce guide sera d'une grande utilité aux organismes de notre MRC, afin de mieux les outiller lors de l'arrivée de cette clientèle dans notre milieu.

Étant conscient de l'ouverture de notre population au regard des nouveaux arrivants, et ce, qu'ils soient issus de l'immigration ou non, je suis convaincu que cet outil supplémentaire facilitera grandement l'intégration des nouveaux arrivants.

Je termine en remerciant le CJE Etchemins, dévoué à l'accueil et l'intégration des nouveaux arrivants sur notre territoire, et en souhaitant la bienvenue aux personnes qui ont choisi de venir habiter dans notre région.

Camil Turmel
Préfet de la MRC des Etchemins





La MRC



Bureaux de la MRC des Etchemins

223, 2^e Avenue
Lac-Etchemin (Québec) G0R 1S0
Tél. : 418-625-9000

La MRC des Etchemins a été constituée le 1^{er} janvier 1982. Elle se compose de 13 municipalités locales réparties sur une superficie de 1810 km² et d'une population de 16 998 personnes.

Les municipalités régionales de comté (MRC) ont été constituées à la suite de l'entrée en vigueur de la Loi sur l'aménagement et l'urbanisme au début des années 1980. Leur création vise principalement à répondre à deux objectifs :

- Regrouper à l'intérieur d'un même organisme, les municipalités locales d'un territoire donné ;
- Fournir aux élus locaux un cadre et des moyens qui leur permettent de planifier l'organisation du territoire régional, notamment par l'élaboration d'un schéma d'aménagement et de plans d'actions.

La MRC est dirigée par un conseil où siègent les maires ou les représentants de chacune des municipalités membres. Le Conseil de la MRC est présidé par un préfet élu pour un mandat de deux ans. Il est choisi parmi les maires et est élu à la majorité absolue des voix des membres du Conseil.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



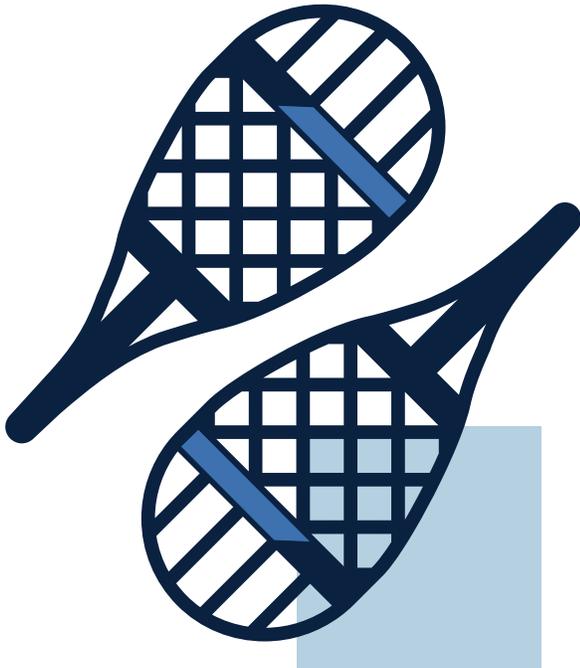
Les compétences et responsabilités de votre MRC





Contexte historique

Située au sud de la région de Chaudière-Appalaches, la MRC des Etchemins a d'abord été habitée par des nomades abénaquis. La colonisation européenne est venue assez tardivement dans la région.



Origines



« Les Etchemins » est le nom donné par Samuel de Champlain à un peuple autochtone abénaquis nommé les « Malécites ». « Etchemin » signifie dans la langue des peuples autochtones abénaquis « la terre de la peau pour raquettes ». Le peuple abénaquis se servait de la peau des cariboux et des orignaux pour faire des raquettes.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :

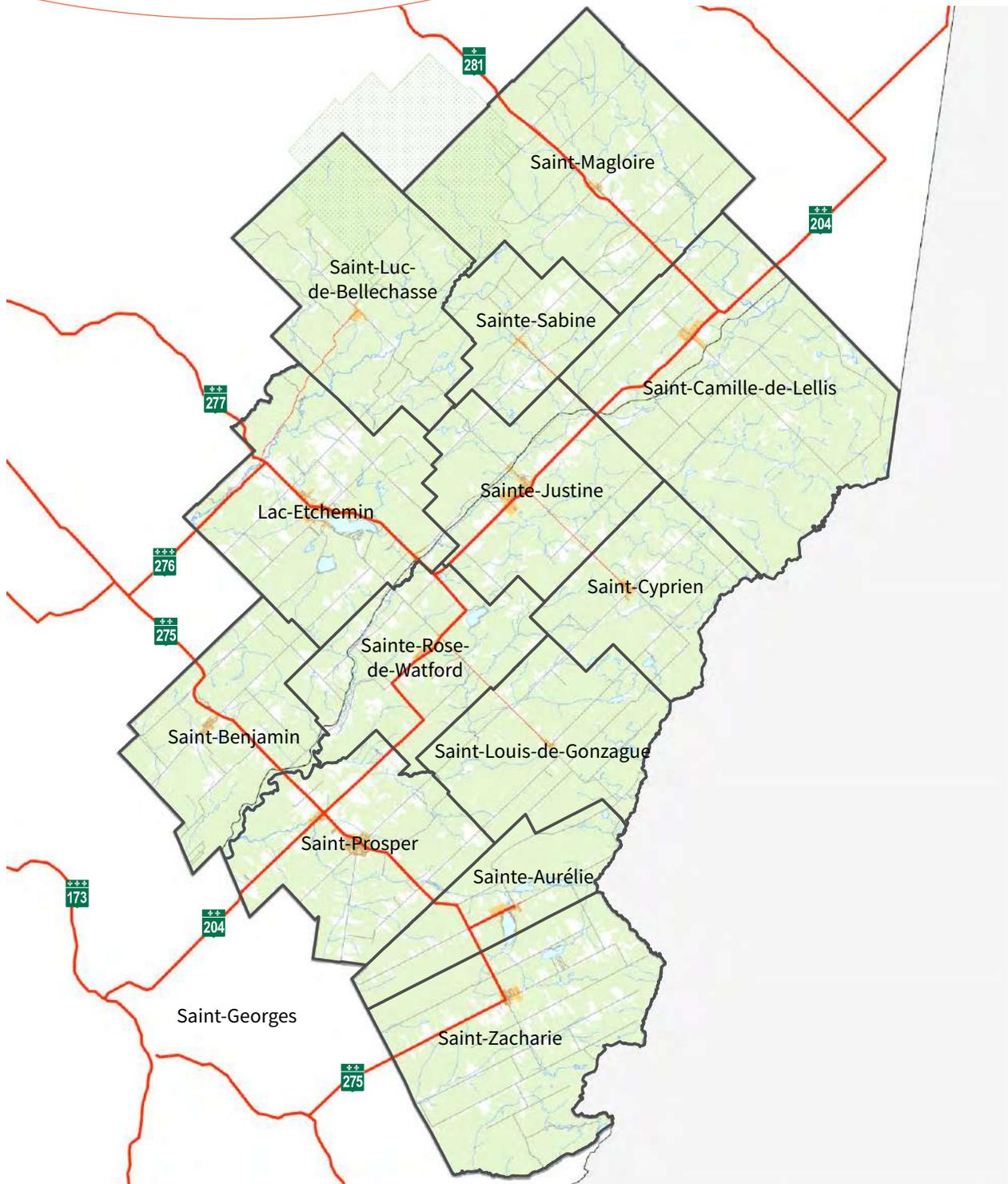


**Le patrimoine
autochtone des
Etchemins**



Carte de la région de Chaudière-Appalaches







Circonscriptions électorales

Une circonscription électorale est une division territoriale effectuée en vue des élections. Il s'agit du secteur auquel est associé votre municipalité pour aller voter, en cas d'élection.

Les circonscriptions électorales sont différentes d'une municipalité à l'autre.

Pour savoir dans quelle circonscription, se trouve votre municipalité, numérisez le code QR ci-dessous :

Provinciale



Bellechasse



Beauce-Sud



Fédérale



**Bellechasse
Les Etchemins
Lévis**



Beauce





Les municipalités

Les compétences des municipalités sont relatives à l'urbanisme, au développement économique, à la voirie, au transport en commun, à la sécurité publique (unité de policiers locaux et de pompiers), à la distribution d'eau, à la disposition des matières résiduelles, aux loisirs et à la vie communautaire.



Lac-Etchemin

208, 2^e Avenue
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-4521



Saint-Benjamin

440, avenue du Collège C. P. 100
Saint-Benjamin (Québec)
G0M 1N0
Tél : 418-594-8156



Saint-Camille-de-Lellis

727, rue Principale
Saint-Camille-de-Lellis (Québec)
G0R 2S0
Tél : 418-595-2233





Saint-Cyprien- des-Étchemins

512, route de l'Église
Saint-Cyprien-des-Étchemins (Québec)
G0R 1B0
Tél : 418-383-5274



Sainte-Aurélie,



Sainte-Aurélie

164, chemin des Bois-Francis
Sainte-Aurélie (Québec)
G0M 1M0
Tél : 418-593-3021



Sainte-Justine

167, route 204
Sainte-Justine (Québec)
G0R 1Y0
Tél : 418-383-5397



Sainte-Rose- de-Watford

695, rue Carrier
Sainte-Rose-de-Watford (Québec)
G0R 4G0
Tél : 418-267-5811



Sainte-Sabine- de-Bellechasse

4, rue Saint-Charles, bur. 201
Sainte-Sabine (Québec)
G0R 4H0
Tél : 418-383-5488





Saint-Louis-de-Gonzague (de Ravignan)

108, rue de l'Église
Saint-Louis-de-Gonzague (Québec)
G0R 2L0
Tél : 418-267-5931



Saint-Luc-de-Bellechasse

pour y vivre 

Saint-Luc- de-Bellechasse

115, de la Fabrique
Saint-Luc-de-Bellechasse (Québec)
G0R 1L0
Tél : 418-636-2176



Saint-Magloire

13, rue de la Caisse
Saint-Magloire (Québec)
G0R 3M0
Tél : 418-257-4421



Saint-Prosper (de Dorchester)

2025, 29^e Rue
Saint-Prosper (Québec)
G0M 1Y0
Tél : 418-594-8135



Saint-Zacharie

726, 15^e Rue
Saint-Zacharie (Québec)
G0M 2C0
Tél : 418-593-3185





Logement

Saviez-vous que...

Pourquoi on déménage le 1^{er} juillet au Québec ? Au début, c'était pour éviter que les élèves changent d'école en milieu d'année. Il est possible de trouver des logements toute l'année, mais c'est surtout lors des renouvellements de bail en février et mars qu'ils sont annoncés.



Bail

Le bail est un contrat de location entre le locataire et le locateur. On appelle souvent le locateur « le propriétaire ». Le propriétaire s'engage alors à offrir un logement en bon état au locataire en échange du paiement du loyer. La date du paiement du loyer est une date fixe, établie avec le propriétaire et sera écrite sur votre bail. Très souvent, la date fixée est le 1^{er} jour de chaque mois.

Conditions



Assurez-vous de comprendre toutes les conditions du contrat et de vérifier les responsabilités de chacun. Qui s'occupe de :

- La tonte du gazon
- Du déneigement (stationnement/escaliers)
- Des réparations à effectuer et la date de réalisation
- Si vous pouvez avoir accès ou non au terrain
- Si vous avez le droit d'avoir des animaux de compagnie
- Tout autre service ou condition

Votre bail détaille ce qui est inclus ou exclu dans le prix du loyer (meuble, chauffage, électricité, Internet, etc.).

Important



Le propriétaire ne peut vous réclamer de dépôt de garantie ou vous demander de payer plusieurs mois à l'avance. De plus, il ne peut pas vous demander :

- Votre numéro d'assurance sociale
- Votre numéro de permis de conduire
- Votre numéro d'assurance maladie
- Votre statut migratoire

La discrimination dans le domaine du logement est interdite au Québec. Un propriétaire ne peut pas refuser de signer un bail avec un locataire à cause d'une caractéristique personnelle :

- La race et la couleur
- La religion
- Le sexe
- Les convictions politiques
- L'identité ou l'expression de genre
- La langue
- L'orientation sexuelle
- L'origine ethnique ou nationale
- L'état civil
- La condition sociale
- L'âge
- Le handicap

Glossaire



1 ½, 2 ½, 3 ½ : désigne le nombre de pièces de l'appartement. La mention « ½ » représente la salle de bain.

1 ½ ou studio	Une pièce comprenant une cuisine et un espace de vie	Meublé	Tous les meubles sont inclus
2 ½	Une pièce pour la cuisine incluant l'espace de vie et une chambre à coucher	Semi-meublé	Les électroménagers sont inclus
3 ½	Une cuisine, un salon et 1 chambre à coucher	Chauffé-éclairé	Les coûts de chauffage et d'électricité sont inclus dans le paiement du loyer
4 ½	Une cuisine, un salon et 2 chambres à coucher	Entrée Laveuse-sécheuse	Il est possible d'installer une laveuse et une sécheuse à linge
5 ½	Une cuisine, un salon et 3 chambres à coucher	NF ou non-fumeur	Il n'est pas permis de fumer dans le logement
		A/C	Le logement est équipé de l'Air Climatisé
		Stat.	Espace de stationnement inclus
		P.C.	Pieds carrés

Saviez-vous que...

Généralement, les toilettes sont dans la salle de bain. Si votre ami dit : « je vais à la salle de bain », il ne va pas prendre son bain, il va aux toilettes !





Comment trouver un logement?

Une bonne façon de trouver un logement est de vous promener à travers les quartiers, cela vous permet de découvrir la municipalité et aussi de trouver des offres qui ne se retrouvent pas sur Internet. Vous pouvez aussi consulter les journaux municipaux, vous en trouverez des exemplaires dans les bureaux municipaux.

Voici une liste de sites Internet qui pourraient vous aider dans vos recherches.

Numérisez le code QR correspondant :



Logis Québec



Les petites annonces classées



**Facebook (groupe)
Maison et logement
à louer Les
Etchemins**



APPARTOGO



duProprio



Kijiji



Realtor



La Voix du Sud



Courtier immobilier



Si vous désirez acheter une maison, vous pouvez demander à un courtier immobilier pour de l'aide. De façon générale, les courtiers immobiliers sont rémunérés avec un pourcentage du prix de vente de la maison. Un contrat sera signé avec votre courtier immobilier et vous devrez donc respecter l'entente que vous aurez prise ensemble.



Déménagement

Vous avez besoin d'aide pour le transport de vos biens ? Voici quelques entreprises qui pourraient vous aider. Numérisez le code QR correspondant ci-dessous :

MJP Livre Tout

2772, 27^e Rue
Saint-Prospier (Québec)
G0M 1Y0
Tél. : 418-222-4143



Déménagement T.G.

250, 136^e Rue
Saint-Georges (Québec)
G5Y 2N6
Tél. : 418-222-1285



Déménagement Populaires inc.

3775, 10^e Avenue
Saint-Georges (Québec)
G5Y 6V3
Tél. : 418-222-4143



Déménagement JFC

239, rue du Cap
Saint-Joseph-de-Beauce (Québec)
G0S 2V0
Tél. : 418-397-2911



Automobiles Bernard Roy

2175, 127^e Rue
Saint-Georges (Québec)
G5Y 2W6
Tél. : 418-228-1050



U-Haul (Pneus Delta)

428, 6^e Avenue
Saint-Georges (Québec)
G5Z 0R6
Tél. : 418-228-6651



Enterprise Rent-A-Car (Discount Location)

10275 boulevard Lacroix
Saint-Georges (Québec)
G5Y 1K2
Tél. : 418-228-5199



Saviez-vous que...

Dès la signature de votre nouveau bail, il est recommandé de réserver votre camion pour déménager vos meubles.





Assurance habitation

L'assurance habitation sert à couvrir les coûts de remplacement de vos biens endommagés ainsi que les frais de réparation du bâtiment en cas de sinistre. Sans assurance habitation, vous serez responsable de tous les coûts liés aux dommages causés qui peuvent s'élever à plusieurs milliers de dollars. Même si elle n'est pas obligatoire, l'assurance habitation pour locataires est essentielle pour assurer votre tranquillité d'esprit et vous protéger financièrement en cas d'imprévu. De plus, il arrive souvent qu'un propriétaire exige une preuve d'assurance pour la signature du bail.

Courtier en assurance



Les courtiers en assurances ou les sites Internet de comparateurs d'assurances sont des excellentes façons de sauver du temps et de l'argent lorsque vous magasinez une assurance habitation.

Les conditions d'assurances varient énormément d'une compagnie à l'autre. Prenez le temps de magasiner et de comparer. N'hésitez pas à en parler à vos proches, vos amis ou vos collègues.





Télécommunication

Plusieurs compagnies de télécommunication sont disponibles selon votre secteur. Voici les principaux fournisseurs de services Internet, de téléphone, de câblodistribution et de cellulaire.

Numérisez le code QR correspondant :

SOGETEL

Tél. : 1-866-764-3835



COGECO

Tél. : 1-866-921-5792



TELUS

Tél. : 1-800-463-3633



BELL

Tél. : 1-866-845-2998



VIDÉOTRON

Tél. : 1-877-512-0911



Saviez-vous que...

Il est possible de capter le signal HD (Haute Définition) de plusieurs chaînes de télévision gratuitement grâce à une antenne de télévision conventionnelle. Les chaînes offertes varient selon la force de l'antenne et votre localisation.





Animaux de compagnie

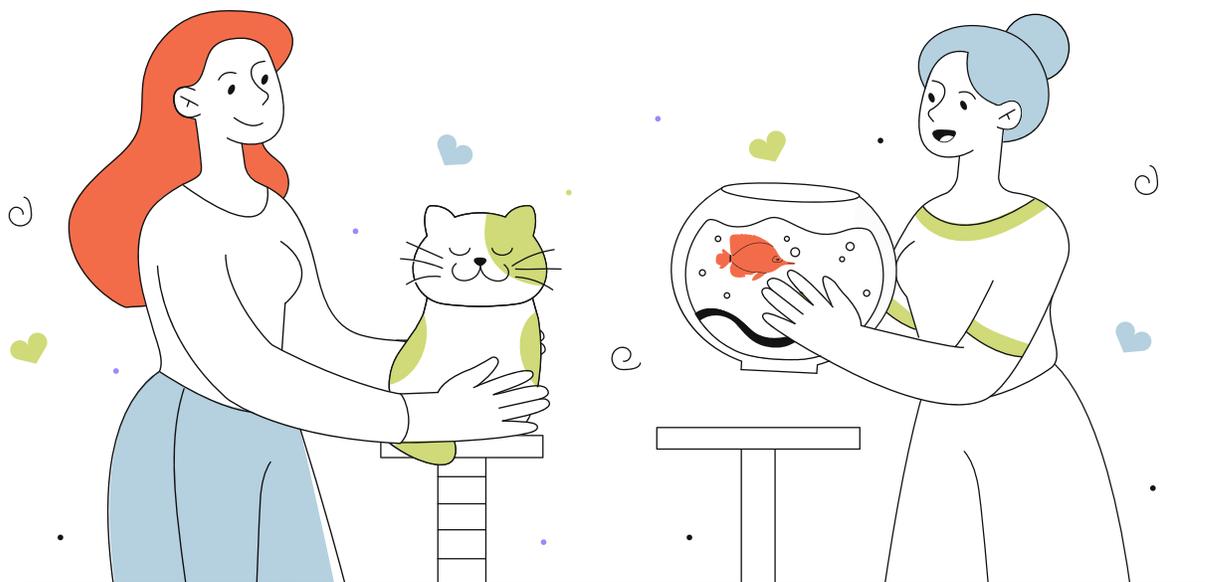
Tout propriétaire de chien doit détenir une licence pour chaque chien qu'il détient. La licence est valable pour une période d'un an. Contactez votre municipalité afin de vous procurer la licence ou pour connaître le nombre maximum d'animaux de compagnie auquel vous avez droit. Il est généralement interdit pour qui que ce soit de garder un animal exotique ou un animal sauvage.

N'oubliez pas que vous êtes responsable de ramasser les excréments de vos animaux de compagnie.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



**L'identification
des animaux
domestiques**





Santé animale

Si votre animal de compagnie a besoin de soins médicaux, deux options se proposent à vous :

Soins de base

- Médecine générale
- Vaccination
- Contrôle des parasites
- Gestion du poids
- Alimentation
- Procédures diagnostiques
- Thérapeutiques diverses
- Urgences médicales

Clinique vétérinaire Bellechasse-Etchemins

1530, route 277
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél. : 418-625-5551



Soins médicaux de base et supérieurs

- Examen de santé
- Vaccination
- Stérilisation
- Solutions alternatives au dégriffage
- Traitement et prévention parasitaire
- Soins dentaires
- Consultation pour problème de santé
- Euthanasie et soins de fin de vie
- Radiographie
- Échographie
- Tests de laboratoire
- Cryothérapie

Clinique vétérinaire Beauce-Appalaches

410, 144^e Rue
Saint-Georges (Québec)
G5Y 2K4
Tél. : 418-227-3006



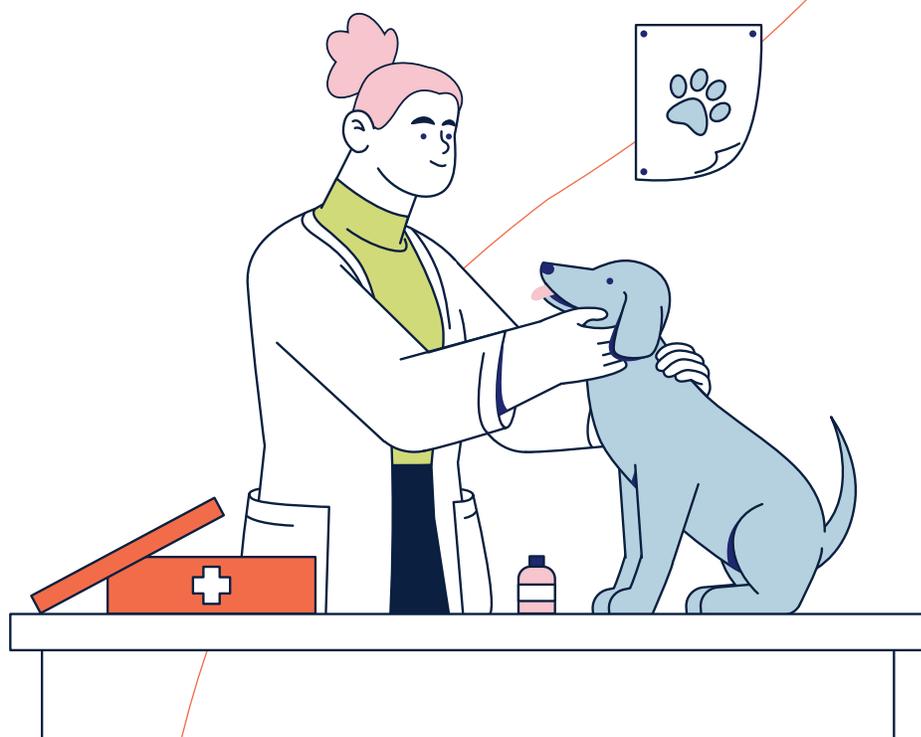
Urgences animales



En cas d'urgence pour votre animal, la fin de semaine ou lors des congés, le Centre Vétérinaire Daubigny, situé à Québec, est ouvert 24 h sur 24 h, 7 jours sur 7. Attention, une visite peut coûter très cher.

Centre Vétérinaire Daubigny

3405, boulevard Wilfrid-Hamel
Québec (Québec)
G1P 2J3
Tél. : 418-872-5355



Si vous trouvez ou perdez un animal, vous pouvez contacter votre municipalité ou un refuge pour animaux.

Passeport animal

217, 181e Rue, porte 1
Beauceville (Québec)
G5X 2S8
Tél. : 418-774-4444





Magasinage

Voici quelques adresses qui pourraient vous être utiles pour équiper votre logement. Pour en savoir davantage, numérisez le code QR correspondant ci-dessous :

Meubles

Ameublement BrandSource

160, rue Royer
Sainte-Justine (Québec)
G0R 1Y0
Tél. : 418-383-3207



Accessoires et produits divers pour la maison, vêtements, électroniques

Korvette

1554, route 277
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél. : 418-625-2020



184, route 204
Sainte-Justine (Québec)
G0R 1Y0
Tél. : 418-383-5555

2020, 25^e Avenue
Saint-Prospér (Québec)
G0M 1Y0
Tél. : 418-594-6147

Petits accessoires pour la maison et vêtements usagés à petit prix.

La friperie de L'Essentiel des Etchemins

216-A, 2^e Avenue
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél. : 418-625-4115



**Petits accessoires
pour la maison et
vêtements usagés
à petit prix.**

Ressourcerie 2^e Vie

166, chemin des Bois-Francis
Sainte-Aurélie (Québec)
G0M 1M0
Tél. : 418-313-2605



**Petits accessoires
pour la maison et
vêtements usagés
à petit prix.**

Friper à Brack

2110, 8^e Rue
Saint-Prosper (Québec)
G0M 1Y0
Tél. : 418-594-2000





Garage de toile

Pour éviter de déneiger leur auto, plusieurs personnes choisissent d'installer des garages en toile.

On peut les acheter en quincaillerie. On les appelle souvent « Abris TEMPO », du nom d'un grand fabricant. Contactez votre municipalité pour connaître les dates limites pour l'installation et le démontage de votre garage de toile. Vous devez aviser votre assureur d'habitation lorsque vous installez un garage de toile.

Faites attention aux grands vents à l'automne. Comme le sol n'est pas encore gelé, il y a un risque que le garage de toile soit emporté par le vent.



Permis de construction ou de rénovation

Il est nécessaire de s'informer auprès de votre municipalité si un permis est obligatoire pour vos projets de construction ou de rénovation. Faire une demande de permis représente une démarche dont le temps de traitement peut varier de 24 heures à 30 jours, selon la nature des travaux et de leur complexité. Veuillez vous adresser à votre municipalité pour obtenir plus d'informations et faire votre demande de permis.



Prévention incendie

Les nouveaux arrivants doivent prendre connaissance de certaines habitudes sécuritaires à prendre afin de réduire les risques d'incendie.

Avertisseur de fumée



- Tous les logements doivent être munis d'un avertisseur de fumée fonctionnel (minimum 1 par étage). Ce dispositif est conçu pour avertir les occupants en cas d'incendie.
- Il est de la responsabilité du locataire d'assurer le bon fonctionnement de l'avertisseur de fumée.
- Il faut tester l'avertisseur de fumée régulièrement en pesant sur le bouton d'essai.
- Il est important de changer la pile de l'avertisseur de fumée au moins 1 fois par année.

Avertisseur de monoxyde de carbone



- Pour tout système de chauffage à combustion solide tel qu'au bois, à granule, au propane et à l'huile, on doit se procurer au moins un détecteur de monoxyde de carbone par résidence.
- Ce dispositif est conçu afin de prévenir les occupants de la résidence s'il y a présence de ce gaz mortel.
- Il est important de changer la pile de l'avertisseur de monoxyde de carbone au moins 1 fois par année.

Chauffage au bois



- N'oubliez pas que les cendres du chauffage au bois sont une source de monoxyde de carbone. Lorsque vous nettoyez votre chauffage au bois, transférez la cendre dans un contenant métallique muni d'un couvercle et déposez le tout à l'extérieur, à plus d'un mètre d'un mur ou de matériaux combustibles.
- N'oubliez pas de faire ramoner votre cheminée régulièrement.

Feux extérieurs



- À l'exception des appareils destinés à la cuisson des aliments tels les grills et les barbecues, les feux en plein air sont interdits sur le territoire de la Régie Incendie (pour les municipalités de Saint-Camille, Saint-Cyprien, Sainte-Justine, Saint-Magloire et Sainte-Sabine).
- L'utilisation de foyers extérieurs ornementaux, de contenants de métal tel qu'un baril et les aménagements faits de matériaux non-combustibles tels que pierres, briques ou autre, sont acceptés.
- Tous ces appareils, contenants et aménagements, **doivent être munis de pare-étincelles.**

Cuisson



- Il faut toujours faire frire les aliments dans une friteuse homologuée.
- Surveillez la préparation des aliments et ne quittez jamais la cuisine si les éléments d'un poêle sont en fonction.
- Même si la cuisinière produit de la chaleur, elle ne peut pas être utilisée pour chauffer la maison.

Entreposage général



- N'entrez pas d'objets qui pourraient obstruer les balcons, les sorties de secours, les cages d'escaliers et les corridors.

Propane



- L'entreposage et l'utilisation de bouteilles de propane sont interdits à l'intérieur. Une fuite de gaz peut causer une explosion ou une intoxication. Toujours entreposer les bouteilles de propane à l'extérieur, en toute saison.
- Les appareils portatifs au propane ne sont pas conçus pour un usage intérieur. Il est donc interdit de se chauffer avec un appareil au propane (ex. barbecue) en cas de panne d'électricité.

Bougies



- Placez les chandelles sur des supports incombustibles, loin des rideaux et des matériaux combustibles.
- Ne laissez jamais une chandelle sans surveillance.

Cigarettes



- Ne fumez jamais au lit.
- Il n'est pas recommandé de laisser une cigarette qui brûle sans surveillance ni de vider le contenu d'un cendrier dans une poubelle.
- Il est conseillé de mouiller le contenu d'un cendrier avant de le jeter.

Allumettes et briquets



- Gardez les briquets et les allumettes hors de la portée des enfants.



Lavage des planchers



Évitez de vider votre chaudière d'eau au sol pour le lavage de vos planchers. L'eau ainsi répandue peut s'écouler dans les fissures du plancher et entrer en contact avec l'électricité circulant dans les boîtiers électriques, aux étages inférieurs et créer un incendie. Si vos planchers sont en bois, il est important de bien sécher votre plancher après l'avoir lavé, afin d'éviter que le bois absorbe l'eau. Nous évitons ainsi les risques de bris et d'apparition de moisissures.

Alarme-incendie du bâtiment



Lorsque vous entendez une alarme-incendie sonner pour le bâtiment dans lequel vous vous trouvez, pour votre sécurité et celle de votre famille:

- Quittez l'édifice le plus rapidement possible par la sortie la plus près ;
- Ne prenez pas vos effets personnels ;
- Rendez-vous à un point de rassemblement à l'extérieur ou chez un voisin avec toute votre famille ;
- **Appelez le 9-1-1** ;
- Ne retournez pas à l'intérieur.

Véhicule à moteur

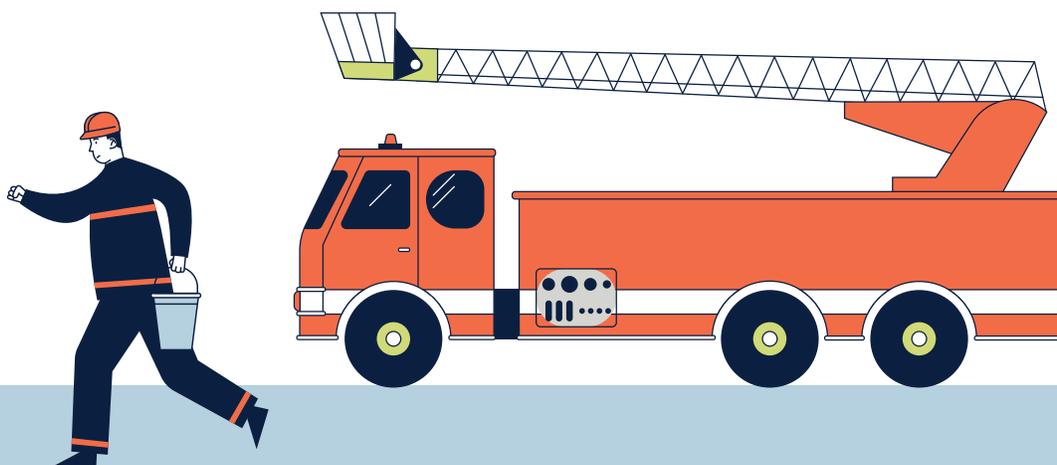


Ne laissez jamais fonctionner un moteur (auto, souffleur à neige, tondeuse, etc.) à l'intérieur d'un bâtiment, car vous pourriez être intoxiqué au monoxyde de carbone.

Numéro de téléphone en cas d'urgence



En cas d'urgence, composez le **9-1-1**.





Alimentation

Il existe différents endroits où se procurer de la nourriture, en fonction de son budget et de ses besoins.

- **Supermarché**
- **Épicerie**

On y trouve une grande variété d'aliments dont les produits frais. C'est là principalement que l'on va « faire son épicerie ». On trouve aussi dans ces grandes surfaces des produits de nettoyage, du papier de toilette, de la bière, du vin et de la nourriture pour animaux. Certaines épiceries font la livraison à domicile.

- **Dépanneur**

À la différence des épiceries, les dépanneurs sont plutôt des endroits pour se « dépanner », comme le nom l'indique. La variété des produits est beaucoup moins grande et les prix sont souvent plus élevés. Ce sont de petites surfaces où il est possible de se procurer certains produits de bases tels que lait, pain, café, etc. On y trouve aussi croustilles, friandises, boissons gazeuses et bière.

À noter que les stations d'essence sont souvent aussi des dépanneurs.

Lieu	Grandeur	Prix	Variété	Produits
Dépanneur				Jujubes, bonbons, barres chocolatées, pain, fromage en tranches, conserves, pâtes, bière, pizza surgelées, nettoyeurs, prêt-à-manger.
Épicerie				Fruits et légumes, produits pour animaux, vrac, céréales, légumineuses, pâtes, mets préparés.
Supermarché				Fruits et légumes, boucherie et charcuterie, poissonnerie, produits laitiers, produits surgelés, épicerie sucrée et épicerie salée, boissons, produits d'hygiène et beauté, produits d'entretien et nettoyage, animalerie, loisirs, maison et textile.



Épiceries locales

Particularités : Dépanneur libre-service intelligent ouvert 24h/24h. Une clé électronique est nécessaire pour accéder à l'épicerie. Veuillez communiquer avec la municipalité.

Accommodation Anik

630, rue Principale
Saint-Camille-de-Lellis (Québec)
G0R 2S0
Tél : 418-595-2171



Accommodation Saint-Louis

108, rue de l'Église
Saint-Louis-de-Gonzague (Québec)
G0R 2L0
Tél : 418-267-5931



Action COOP Sainte-Sabine

11, rue St-Charles
Sainte-Sabine (Québec)
G0R 4H0
Tél : 418-383-3124



Épicerie Boucherie J.L. Asselin

140, rue Principale
Saint-Magloire (Québec)
G0R 3M0
Tél : 418-257-2461



LIVRAISON

Disponible pour Saint-Magloire, Sainte-Sabine, Saint-Camille-de-Lellis et Sainte-Justine.



LIVRAISON

Pas de livraison, sauf sur entente pour des situations particulières.

Particularités : Entreprise sociale visant à offrir des aliments à prix abordable.



LIVRAISON

Disponible pour la plupart des municipalités de la MRC des Etchemins, les mardis et jeudis. Les commandes en ligne ou par téléphone, doivent être faites la veille. Les plages horaires ne sont pas garanties compte tenu du territoire (frais applicables).

Particularités : Une allée de produits internationaux authentiques est offerte.



LIVRAISON

Disponible à Saint-Prosper, Saint-Benjamin et Sainte-Aurélie (frais applicables).

Épicerie Claude Mathieu

233, avenue Principale
Saint-Benjamin (Québec)
G0M 1N0
Tél : 418-594-8925



Épicerie Mercier

205, rue Principale
Saint-Luc-de-Bellechasse (Québec)
G0R 1L0
Tél : 418-636-2551



Épicerie Pop

199, rue du Sanatorium, B
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél: 418-625-3836



IGA Coop de Ste-Justine

188, route 204 Ouest
Sainte-Justine (Québec)
G0R 1Y0
Tél : 418-383-3023



Intermarché Saint-Prosper

2650, 25^e Avenue
Saint-Prosper (Québec)
G0M 1Y0
Tél : 418-594-8244





LIVRAISON

Disponible à Saint-Zacharie
et Sainte-Aurélie (frais applicables).

Inter marché Saint-Zacharie

769, 15e Rue
Saint-Zacharie (Québec)
G0M 2C0
Tél : 418-593-3076



LIVRAISON

Disponible à Saint-Camille-de-Lellis
(sans frais) et à l'extérieur du village
(frais applicables). Livraison les jeudis.

Marché Saint-Camille

532, rue Principale
Saint-Camille-de-Lellis (Québec)
G0R 2S0
Tél : 418-595-2234



Métro Lac-Etchemin

1575, route 277
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-6301





Services d'aide alimentaire

Il existe des services d'aide alimentaire pour les familles à faible revenu. Ce sont des endroits où il est possible d'avoir accès à des boîtes de dépannage alimentaire sous certains critères d'admissibilité qui sont propres à chaque organisme.

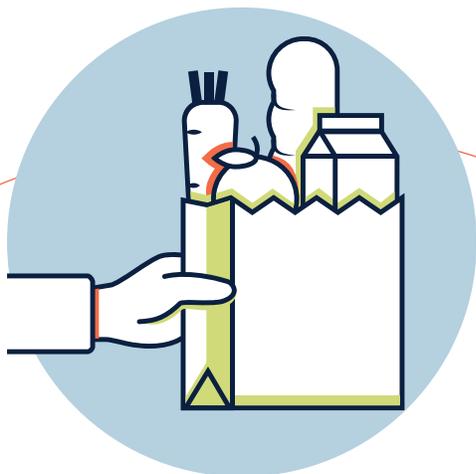
La quantité varie selon la taille de la famille et les disponibilités.
Informez-vous :

L'Essentiel des Etchemins

216-A, 2^e Avenue A
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-4112



- * Les citoyens de Saint-Prosper sont invités à utiliser l'aide alimentaire local en priorité (Premiers Secours 581-573-8630)
- ** Dans un contexte d'**immigration**, l'analyse initiale doit obligatoirement passer par les agent(e)s d'accueil en immigration du CJE Etchemins (418-625-2533)



Premiers Secours St-Prosper

Prendre rendez-vous en téléphonant au 581-573-8630.





Les cuisines collectives

Il s'agit d'un regroupement de personnes qui cuisinent ensemble des repas choisis en groupe. La nourriture est ensuite séparée parmi les personnes présentes pour que chacune puisse en rapporter un plat à la maison.

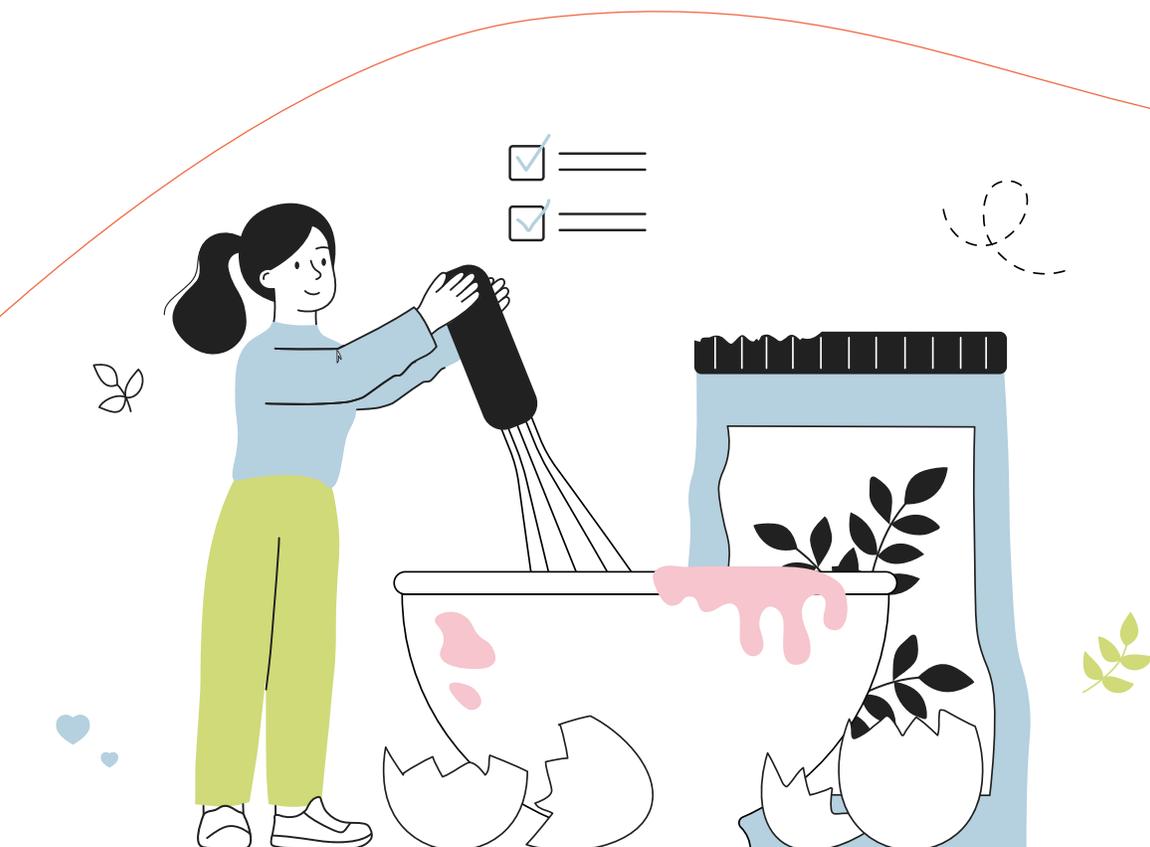
Ce principe comporte plusieurs bienfaits :

- Briser l'isolement, favoriser les rencontres et les liens d'amitié.
- Construire un réseau d'entraide.
- Partager des connaissances.
- Mieux connaître les aliments disponibles au Québec.
- Économiser de l'argent.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



**L'Essentiel des
Etchemins**
418-625-4112
poste 2227





Les jardins communautaires et collectifs

Jardins communautaires



Les jardins communautaires permettent de louer une parcelle de terre pour soi-même et d'y faire pousser ce que l'on veut. Pour plus d'informations, contactez votre municipalité.

Jardins collectifs



Les jardins collectifs consistent en une formule où plusieurs personnes cultivent ensemble le même jardin, choisissant ensemble quoi cultiver et se partageant les travaux et les récoltes. Ce principe permet de passer d'agréables moments et de tisser des liens avec sa communauté.

L'offre varie d'un village à l'autre. Contactez votre municipalité pour plus d'informations.

L'organisme Parentaïme Maison de la famille des Etchemins offre la possibilité à toute la population de contribuer à son jardin collectif de Lac-Etchemin. Pour plus d'informations, contactez-les au **418-625-2223**.



Restaurants

Visitez le site Internet de Tourisme Etchemins pour connaître tous les restaurants, casse-croûtes et bars laitiers de la région des Etchemins.





Bon à savoir

Les aliments locaux et de saison

Pour les aliments cultivés au Québec, il est préférable de les acheter lors de la saison des récoltes. Le reste de l'année, ces aliments proviennent d'ailleurs et sont souvent plus chers et moins savoureux.

Pour voir le calendrier des arrivages, numérisez le code QR :



Guide alimentaire canadien

Consultez le Guide alimentaire canadien pour des recommandations nutritionnelles saines favorisant une bonne santé.

Pour plus d'information, numérisez le code QR :



Conservation des aliments

Il est parfois difficile de savoir comment bien entreposer les aliments et pour combien de temps. Grâce au Thermoguide, vous apprendrez comment conserver vos aliments.

Numérisez le code QR pour consulter le guide :





Alcool

L'âge requis est de **18 ans** au Québec pour pouvoir acheter de **l'alcool ou des produits du tabac**. Une carte d'identité avec photo peut vous être demandée pour confirmer votre âge. La vente d'alcool en magasin est autorisée de 8 h à 23 h tous les jours de la semaine.

Important



Au Québec, la limite légale d'alcool au volant est de 0,08 % (80 mg d'alcool par 100 ml de sang). Cela signifie que si votre taux d'alcoolémie est égal ou supérieur à ce niveau, vous commettez une infraction criminelle.

Bien que vous puissiez retrouver du vin et de la bière dans les épiceries et les dépanneurs, seules les SAQ (Société des Alcools du Québec) peuvent vendre les liqueurs (boissons fortes).

Cependant, des agences sont aussi accessibles dans certains établissements :

SAQ Succursale

1556, route 277
Lac-Échemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-6751



SAQ Agence - Épicerie Claude Mathieu (Marché ami)

233, rue Principale
Saint-Benjamin (Québec)
G0M 1N0
Tél : 418-594-8925



SAQ Agence - Accommodation Anik

630, rue Principale
Saint-Camille-de-Lellis (Québec)
G0R 2S0
Tél : 418-595-2171



**SAQ Agence -
IGA Coop Ste-Justine**

188, route 204
Sainte-Justine (Québec)
G0R 1Y0
Tél : 418-383-3023



**SAQ Agence -
Épicerie Mercier**

205, rue Principale
Saint-Luc-de-Bellechasse (Québec)
G0R 1L0
Tél : 418-636-2551



**SAQ Agence - J.L. Asselin
1990 Inc. (AXEP)**

140, rue Principale
Saint-Magloire (Québec)
G0R 3M0
Tél : 418-257-2461



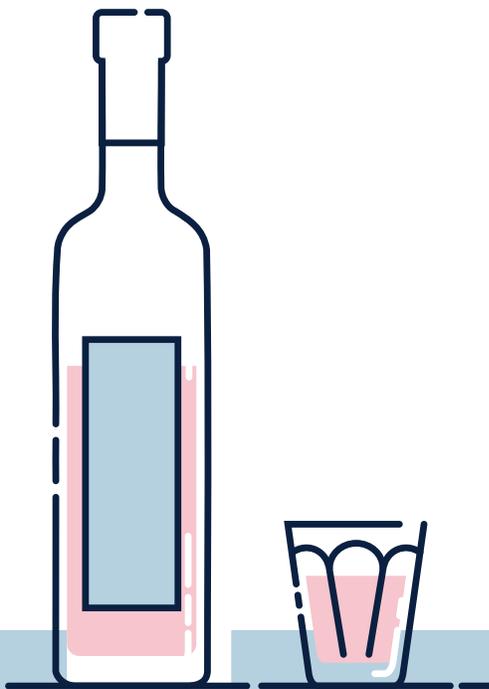
**SAQ Agence - Épicerie
R. Buteau Inc.
(Intermarché)**

2650, 25^e Avenue
Saint-Prospère (Québec)
G0M 1Y0
Tél : 418-594-8244



**SAQ Agence - Inter
Marché St-Zacharie**

769, 15^e Rue
Saint-Zacharie (Québec)
G0M 2C0
Tél : 418-593-3076





Cannabis

À partir de l'âge de 21 ans, il est légal d'acheter auprès de la Société québécoise du cannabis (SQDC) les produits du cannabis, aussi appeler pot ou weed. Il est illégal de revendre du cannabis ou d'en faire la culture. Vous ne pouvez pas posséder plus de 30 grammes. Vous ne pouvez pas consommer du cannabis en public.

Logement



Si vous êtes locataire, votre propriétaire peut prévoir dans votre bail qu'il est interdit de consommer du cannabis dans votre logement. Votre propriétaire peut également modifier votre bail pour y ajouter cette interdiction.

Consommation



Il est interdit de consommer (fumer, vapoter, etc.) du cannabis dans un lieu public au Québec. La liste des lieux publics comprend :

- Les voies publiques (trottoirs, ruelles, rues, autoroutes, sentiers pédestres, etc.)
- Les terrasses ou autres espaces commerciaux extérieurs
- Les lieux publics extérieurs, y compris les parcs et les terrains de jeux ou de sports.

Important



Il est criminel de conduire un véhicule sous l'influence du cannabis au Québec. Vous ne pouvez pas fumer sur un vélo ou dans une voiture, même si elle est garée, et même si vous êtes le passager.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



**Les lois
entourant
le cannabis**

SQDC - Saint-Georges de Beauce

300, 107^e Rue
Saint-Georges (Québec)
G5Y 8K1
Tél : 581-653-2235



Aide disponible



Si vous éprouvez de la difficulté à gérer votre consommation d'alcool, de drogue ou de médicaments, plusieurs organismes peuvent vous aider.

Numérisez le code QR approprié ci-dessous pour plus d'informations sur les ressources à votre disposition :

Info-Social

Tél : 8-1-1 option 2



Alcooliques Anonymes

1, rue des Loisirs
Saint-Léon-de-Standon (Québec)
GOR 4L0
Tél : 1-866-544-6322



Narcotiques Anonymes

60, chemin Saint-Marc
Saint-Anselme (Québec)
GOR 2N0
(Porte C en arrière)
Tél : 1-855-544-6362





Emploi

CJE Etchemins

- Création et mise à jour de curriculum vitae
- Aide à la recherche d'emploi
- Appui au maintien en emploi
- Services d'accueil et d'aide à l'établissement à la suite de votre arrivée
- Services en immigration

Les services sont offerts à toutes personnes habitant la MRC des Etchemins.

1554, route 277, bureau 2
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1Y0
Tél : 418-625-2533

135, rue Principale, bureau 4
Sainte-Justine (Québec)
G0R 1Y0
Tél : 418-625-2533



Métiers et carrières

Site web où tous les emplois disponibles dans la MRC des Etchemins sont affichés.



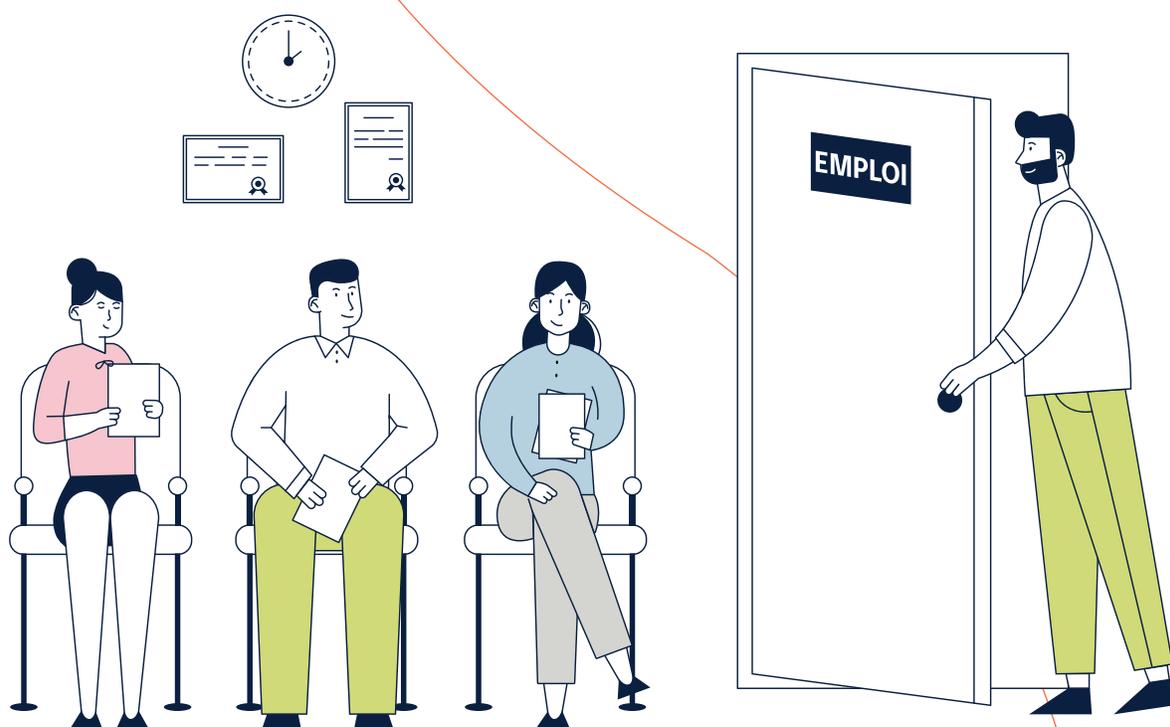
Québec Emploi (provincial)

Site Internet où tous les emplois disponibles dans la province du Québec sont affichés.



Guichet emploi (fédéral)

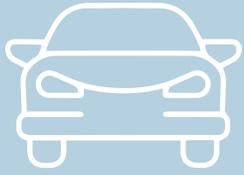
Site Internet où tous les emplois disponibles à travers le Canada sont affichés.



Saviez-vous que...

Pour mieux comprendre vos responsabilités en tant qu'employé et celles de votre employeur, vous pouvez consulter le site Internet d'Éducaloi qui vulgarise la Loi sur les normes du travail. Celle-ci vise à protéger les salariés en imposant des conditions minimales de travail.





Transport

Sur un territoire aussi grand que Les Etchemins, l'achat d'une voiture est à privilégier. L'offre de transport en commun étant limitée, il est important de planifier ses déplacements.

Voici quelques moyens de transport mis à votre disposition.



Taxis privés

Une voiture vient vous chercher à l'endroit et au moment de votre choix. Cependant, sur le territoire des Etchemins, seulement 2 taxis sont disponibles et n'offrent pas de service 24 h sur 24 h 7 jours sur 7. Il est donc très important de réserver votre taxi à l'avance pour vous assurer de sa disponibilité au moment voulu.

Les véhicules sont équipés d'un taximètre qui calcule le prix de la course.

Gervais Fortier
418-625-0990

Gérald Gourde
418-625-0000



Transport collectif des Etchemins

La MRC des Etchemins, grâce à l'organisme Transport Autonomie Beauce-Etchemins, vous propose un service de transport collectif pour bonifier l'offre sur le territoire.

Admissibilité



- Tous les citoyens de la MRC sont admissibles au service de transports pour des besoins spécifiques.
- Il y a toutefois certaines priorités : soins de santé, soins psychosociaux, école, emploi.
- Toute demande peut être acceptée ou refusée, selon les disponibilités des transporteurs.

Accessibilité



Voici la marche à suivre pour vous rendre d'un point A au point B dans la MRC :

- Vous devez réserver votre transport par téléphone au **418-227-2626**.
- Vous aurez à fournir lors de votre premier appel : votre adresse, numéro de téléphone et date de naissance. Une fois inscrit, vous l'êtes pour la vie.
- Du lundi au vendredi, les réservations doivent être faites la journée avant, au plus tard à midi.
- Attention, pour les lundis, vous devez réserver au plus tard à midi le vendredi d'avant.
- Il est possible de réserver plusieurs jours d'avance ou de même prévoir des transports qui seront répétitifs.
- Le taxi vient vous chercher à domicile et vous apporte à destination.
- Comme la voiture est partagée avec d'autres utilisateurs, les trajets et les heures peuvent être modifiés.

Horaire



- Le service est disponible du lundi au vendredi de 7 h à 18 h.
- Le centre d'appels est accessible de 8 h à 12 h et 13 h à 16 h.

Destinations



Il est possible de vous rendre :

- Dans les 13 municipalités des Etchemins
- À Saint-Georges
- À Beauceville (seulement au CISSS)
- À Lévis
- À Québec

Tarif



- Le service est payable en argent comptant uniquement lors de l'arrivée à destination.
- Le tarif des transports est variable selon le lieu de départ et d'arrivée. Ce dernier est abordable et adapté.

Annulation



Notez bien que pour toute annulation, vous devez aviser au moins 2 heures à l'avance pour ne pas avoir de pénalité.

Circuit fixe les vendredis pour Saint-Georges



Il existe un circuit régulier les vendredis pour aller à Saint-Georges afin de combler vos besoins personnels :

- Réservation obligatoire avant le jeudi midi auprès du centre d'appels.
- Heures d'ouverture du centre d'appels : 8 h à 12 h et 13 h à 16 h.

Pour plus d'informations, téléphonez au 418-227-2626 ou numérisez le code QR :



Heures de départ vers Saint-Georges

11 h 45	Saint-Magloire
12 h	Saint-Luc Saint-Camille Saint-Cyprien Sainte-Sabine
12 h 15	Lac-Etchemin Sainte-Justine
12 h 30	Sainte-Aurélie Saint-Louis Saint-Prosper Sainte-Rose Saint-Zacharie
12 h 45	Saint-Benjamin

Heure d'arrivée à Saint-Georges

13 h

Heure du départ de Saint-Georges pour le retour

16 h

*À noter que les heures d'arrivée et de départ peuvent varier selon l'achalandage.



Services de transport adapté

La MRC des Etchemins, grâce à l'organisme Transport Autonomie Beauce-Etchemins, vous propose un service de transport avec un véhicule adapté pour les personnes en situation de handicap permanent.

Admissibilité



- 1) Vous devez remplir le formulaire d'admissibilité avec un professionnel de la santé ou du réseau scolaire (éducateurs spécialisés et travailleurs sociaux).
- 2) Vous devez envoyer votre formulaire complété :
 - Par courriel : transportautonomie@globetrotter.net
 - Par la poste : Transport Autonomie Beauce-Etchemins
10961, 2^e Avenue
Saint-Georges (Québec)
G5Y 1V9
 - Par fax : 418-227-4147

Cette demande sera étudiée par le comité des admissions dans les 45 jours suivant la date de réception du formulaire. Une fois inscrit, vous l'êtes pour la vie.

Pour avoir accès au **formulaire**, composez le **418-227-4147** ou numérisez le code QR :



Pour plus d'**informations**, téléphonez au **418-227-2626** ou numérisez le code QR :



Accessibilité



Voici la marche à suivre pour vous rendre d'un point A au point B dans la MRC :

- Vous devez réserver votre transport par téléphone au **418-227-4147**.
- Pour réserver un transport occasionnel :
 - Du lundi au vendredi, les réservations doivent être faites la journée avant au plus tard à midi.
 - Attention, pour le samedi, dimanche et les lundis, vous devez réserver au plus tard à midi le vendredi d'avant.
- Pour réserver un transport récurrent : téléphonez une semaine à l'avance pour vous inscrire à l'horaire hebdomadaire. Cette réservation permet aux clients réguliers de ne pas appeler au bureau pour réserver à chaque fois son transport.
- Le taxi vient vous chercher à domicile et vous apporte à destination.
- Comme le véhicule est partagé avec d'autres utilisateurs, les trajets et les heures peuvent être modifiés.

Horaire



- Le service est disponible à tous les jours de 7 h à minuit, selon les disponibilités des transporteurs.
- Le centre d'appels est accessible de 8 h à 12 h et 13 h à 16 h.

Destinations



- Il est possible de vous rendre dans les 13 municipalités des Etchemins et les hôpitaux de Saint-Georges et de Beauceville.

Tarif



- Le service est payable en argent comptant uniquement lors de l'arrivée à destination.
- Le tarif des transports est variable selon le lieu de départ et d'arrivée. Ce dernier est aussi moins cher qu'un taxi privé.

Annulation



Notez bien que pour toute annulation, vous devez aviser au moins 2 heures à l'avance pour ne pas avoir de pénalité.



Service d'accompagnement

Aux résidents de la MRC des Etchemins, Nouvel Essor offre un service de transport-accompagnement pour les rendez-vous médicaux et psychosociaux.

Ce service est assuré par des bénévoles qui vont vous chercher à votre domicile, vous accompagnent à votre rendez-vous et s'assurent de votre retour à la maison, en toute sécurité.

Admissibilité



- Tous les citoyens de la MRC sont admissibles à ce service lorsqu'ils ont besoin d'un soutien qu'il soit physique ou psychologique.
- Toute demande peut être acceptée ou refusée selon les disponibilités des bénévoles.

Accessibilité



Voici la marche à suivre pour vous rendre d'un point A au point B à des fins médicales :

- Vous devez réserver votre transport par téléphone au **418 383-5252**, poste 1.
- Vous aurez à fournir lors de votre premier appel : votre nom, adresse, numéro de téléphone, date de naissance, une personne contact en cas d'urgence et une explication de votre situation.
- Il n'y a aucun frais d'inscription.
- Dès que possible, vous pouvez faire votre réservation. Sinon, du lundi au vendredi, les réservations doivent être faites au moins 48 heures ouvrables à l'avance.
- Attention, pour les lundis, vous devez réserver au plus tard à midi le vendredi d'avant.
- Il est encouragé de réserver plusieurs jours d'avance, et même prévoir vos transports qui seront répétitifs.

Horaire



- Le service est disponible 7 jours/7.
- Pour les réservations : de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h du lundi au jeudi et le vendredi de 8 h à 12 h.
- Attention aux périodes de vacances estivales et hivernales. Veuillez les prévoir à l'avance.

Destinations



- Il est possible de vous rendre au CLSC, aux hôpitaux et aux cliniques spécialisées en soins de santé, peu importe la distance à parcourir.
- Appelez à Nouvel Essor pour vérifier l'admissibilité de votre rendez-vous.

Tarif



- Le service est payable en argent comptant au bénévole, lors du transport.
- Le tarif des transports est variable selon votre situation, le lieu de départ et d'arrivée. Les personnes de 65 ans et plus ont droit à un tarif réduit.

Annulation



Notez bien que pour toute annulation, vous devez aviser le plus tôt possible.

Pour plus d'informations sur ce service ou si vous souhaitez devenir chauffeur-accompagnateur bénévole pour faire une différence dans votre milieu, téléphonez au **418-383-5252** ou numérisez le code QR :





Autobus Transport interurbain de la Route 277 (Lac-Etchemin-Lévis)

La MRC des Etchemins, en collaboration avec la MRC de Bellechasse, offre un service de transport par autobus qui dessert les municipalités situées le long de la route 277 de Lac-Etchemin à Lévis.

Ce transport est idéal pour les utilisateurs souhaitant se déplacer vers Lévis en début de journée et effectuer un retour en fin de journée. Il peut aussi être utilisé pour les déplacements à l'intérieur du territoire nécessitant un aller le matin et un retour en fin de journée. L'accès au Wi-Fi dans l'autobus est gratuit.

Vous pouvez apporter votre vélo et un bagage mesurant au maximum 40 cm x 40 cm x 40 cm et pesant au maximum 50 lb.

Tarif



Les droits de passage sont disponibles auprès du conducteur d'autobus et sont payables en argent uniquement :

Passage simple	6 \$
Carte 10 passages	50 \$
Carte mensuelle (étudiant)	100 \$
Carte mensuelle (adulte)	120 \$

À noter que les tarifs sont sujets à changement, sans préavis.



Horaire



Du lundi au vendredi

De Lac-Etchemin vers Lévis		De Lévis vers Lac-Etchemin	
Lac-Etchemin		Lévis	
Sanatorium (CLSC)	5 h 45	Galeries Chagnon	16 h 30
Dépanneur Sprint	5 h 47	École Pointe-Lévy	16 h 35
SAINT-LÉON-DE-STANDON		Traverse de Lévis	16 h 40
Bureau municipal	5 h 55	Hôtel-Dieu-de-Lévis	16 h 45
Gazebo	6 h 00	Cégep de Lévis	16 h 55
SAINT-MALACHIE		UQAR	17 h 00
Bibliothèque municipale	6 h 10	Hôtel L'Oie des neiges	17 h 10
Restaurant Parasol	6 h 15	SAINT-HENRI	
SAINTE-CLAIRE		Pharmacie Familiprix	17 h 23
Station d'essence Petro-Canada	6 h 25	Bibliothèque municipale	17 h 28
Bibliothèque municipale	6 h 30	Station d'essence Petro-Canada	17 h 32
SAINT-ANSELME		SAINT-ANSELME	
Station d'essence Ultramar	6 h 40	Banque Nationale	17 h 42
Station d'essence Couche-Tard	6 h 45	Station d'essence Couche-Tard	17 h 45
Banque Nationale	6 h 47	Station d'essence Ultramar	17 h 48
SAINT-HENRI		SAINTE-CLAIRE	
Station d'essence Petro-Canada	6 h 55	Bibliothèque municipale	18 h 03
Bibliothèque municipale	7 h 00	Station d'essence Petro-Canada	18 h 05
Pharmacie Familiprix	7 h 05	SAINT-MALACHIE	
Lévis		Restaurant Parasol	18 h 12
Hôtel L'Oie des neiges	7 h 15	Bibliothèque municipale	18 h 16
UQAR	7 h 20	SAINT-LÉON-DE-STANDON	
Galeries Chagnon	7 h 25	Gazebo	18 h 30
École Pointe-Lévy	7 h 35	Bureau municipal	18 h 34
Traverse de Lévis	7 h 40	LAC-ETCHEMIN	
Cégep de Lévis	7 h 45	Dépanneur Sprint	18 h 45
Hôtel-Dieu-de-Lévis	7 h 50	Sanatorium (CLSC)	18 h 50

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



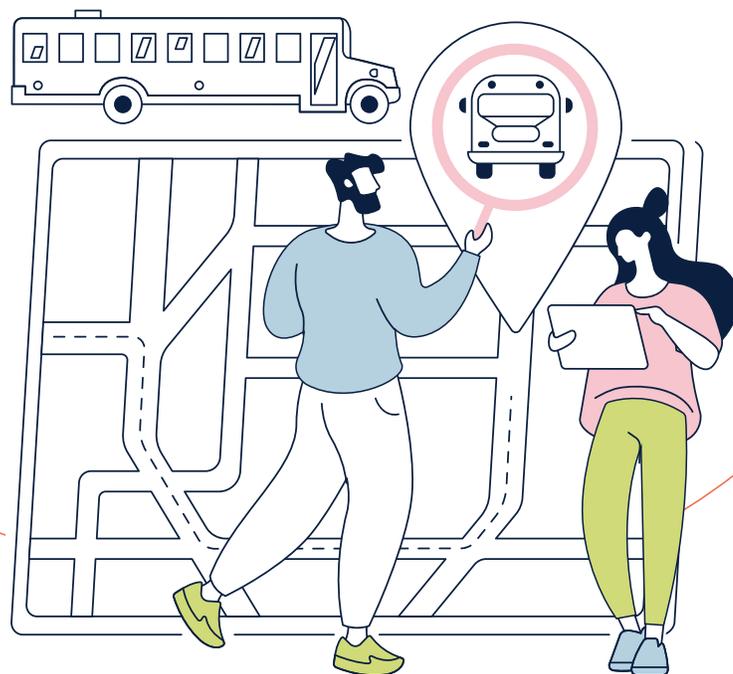
**Transport interurbain de la
Route 277 (Lac-Etchemin-Lévis)**
418-883-2437



Transport en autobus scolaire pour tous (Transport collectif en milieu rural)

Le service offre à toute la population d'utiliser les places disponibles dans les autobus scolaires pour leurs déplacements sur le territoire. Certaines conditions s'appliquent. Vous pouvez profiter de tarif journalier, mensuel ou annuel. Une carte de membre annuelle est obligatoire pour utiliser ce service.

Pour plus d'informations, téléphonez au **418 386-5541**, poste 24940 ou numérisez l'un des codes QR :



Informations



Inscription





Alternatives

Service de raccompagnement



Pour éviter les accidents, si vous n'êtes pas apte à conduire à cause de l'alcool, il est possible d'avoir un service de raccompagnement dans certaines municipalités en réservant à l'avance. Une équipe va vous rejoindre et vous raccompagne à la maison avec votre propre véhicule, du mercredi au dimanche de 20 h 00 à 5 h 00.

Le prix n'est pas fixe, vous devez faire un don en argent proportionnel à la distance.

Pendant la période des fêtes de Noël, vous pouvez avoir accès aux services de l'Opération Nez Rouge.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



**Service de
raccompagnement**
418-313-4011

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



Opération Nez Rouge
1-800-463-7222

Saviez-vous que: Au Québec, il constitue un crime de consommer de l'alcool ou des drogues au volant et de conduire lorsque ses capacités sont diminuées par l'alcool ou la drogue (incluant un médicament).



Covoiturage



N'oubliez pas que le covoiturage reste une alternative économique, en plus de permettre des échanges avec ses concitoyens. Le covoiturage est bon pour l'environnement et diminue le trafic. N'hésitez pas à demander à vos collègues de travail pour partager la route ensemble ou consultez les groupes Facebook dédiés au covoiturage.

Pour les longues distances, des sites Internet spécialisés comme AMIGO EXPRESS peuvent vous mettre en contact avec d'autres utilisateurs.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



**AMIGO
EXPRESS**

Location de voitures de courte durée



Il est possible de louer une voiture ou un camion pour quelques jours, selon vos besoins. Numérisez le code QR correspondant ci-dessous :

Automobiles Bernard Roy

2175, 127^e Rue
Saint-Georges (Québec)
G5Y 2W6
Tél : 418-228-1050



Budget

19220, boulevard Lacroix
Saint-Georges (Québec)
G5Y 5B8
Tél : 418-228-3377



Enterprise Rent-A-Car (Discount Location)

10275, boulevard Lacroix
Saint-Georges (Québec)
G5Y 1K2
Tél : 418-228-5199



Achat d'une voiture



Vous pouvez vous rendre dans un garage ainsi que chez un concessionnaire pour vous procurer une voiture neuve ou usagée.

Numérisez le code QR correspondant ci-dessous :



B. Dupont Auto Inc.

1404, route 277
Lac-Échemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-6701



Cloutier Autos

1615, route 277
Lac-Échemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-1715



Ford Appalaches

150, route 204
Sainte-Justine (Québec)
G0R 1Y0
Tél : 418-383-3412



Garage Stéphane Nadeau

5, route 204
Sainte-Justine (Québec)
G0R 1Y0
Tél : 418-383-5556



Impékable Esthétik inc.

325, 2^e Avenue
Lac-Échemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-9011



JM Auto Plus

2515, 8^e Rue
Saint-Prosper (Québec)
G0M 1Y0
Tél : 418-930-2192



Lagrange Toyota

1740, route 277
Lac-Échemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-3651



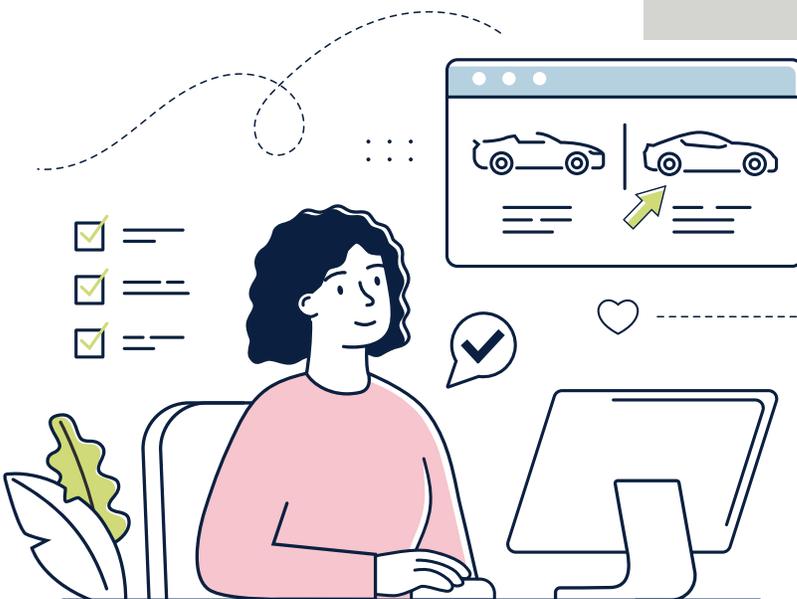
Prestige Autos G.S.

209, route 204
Sainte-Justine (Québec)
G0R 1Y0
Tél : 418-383-5323



Prosper Auto

784, 8^e Rue
Saint-Prosper (Québec)
G0M 1Y0
Tél : 418-594-2298



Vous pouvez aussi acheter directement la voiture d'un particulier. Vous verrez parfois des voitures avec des affiches « à vendre » avec un numéro de téléphone à contacter ou vous pouvez aussi consulter des sites Internet tels que :

LesPAC



Kijiji



**Facebook
Marketplace**



Si vous souhaitez vendre ou acheter une voiture usagée, vous pouvez utiliser des outils de comparaison afin d'estimer le juste prix à payer pour un modèle particulier de voiture. Numérisez le code QR pour avoir une estimation avec Auto Hebdo :

Auto Hebdo



Le fonctionnement d'un achat à un particulier est différent, car les taxes sont payables au bureau de la SAAQ. Il faut donc le prévoir dans votre budget si vous faites un emprunt.

Il est suggéré de prendre rendez-vous pour aller **immatriculer le véhicule** ou pour faire le transfert du nom de l'ancien propriétaire au vôtre sur les enregistrements. Numérisez le code QR pour plus de détails :

Bureau de l'Assurance Automobile du Québec (SAAQ) de Lac-Etchemin

212, 2^e Avenue, local A1
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-5252



Pour des conseils sur l'achat d'une voiture, consultez la page de l'Office de la protection du consommateur du gouvernement du Québec.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



Office de la protection du consommateur





Dépannage automobile

Centre de l'auto LMS

180, route 204
Sainte-Justine (Québec)
G0R 1Y0
Tél : 418-383-3381



Garage Normand Fontaine

1190, route 204
Sainte-Rose-de-Watford (Québec)
G0R 4G0
Tél : 418-625-4819



Garage Simon Giguère

108, chemin des Bois-Francis
Sainte-Aurélie (Québec)
G0M 1M0
Tél : 418-593-3292



Garage Stéphane Nadeau

5, route 204
Sainte-Justine (Québec)
G0R 1Y0
Tél : 418-383-5556



JM Auto Plus

2515, 8^e Rue
Saint-Prospier (Québec)
G0M 1Y0
Tél : 418-930-2192



CAA (Association canadienne des automobilistes)

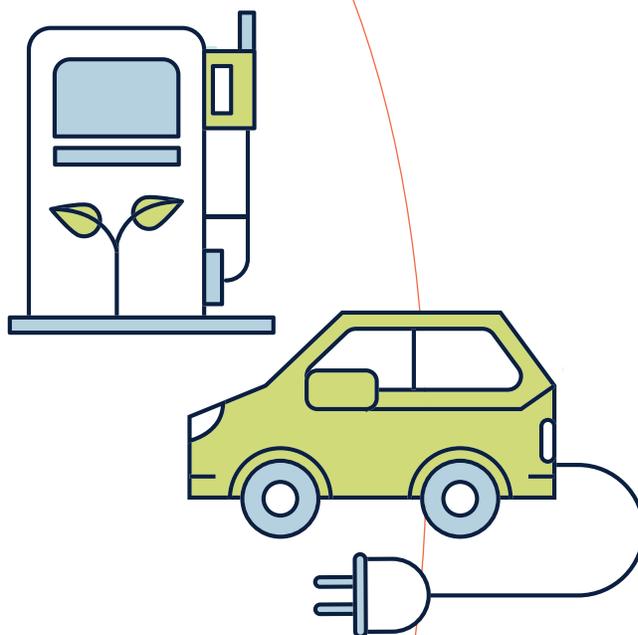
**Il faut être membre pour
profiter de leurs services**

444, rue Bouvier
Québec (Québec)
G2J 1E3
Tél : 1-800-686-9243



Bornes de recharge

Pour connaître l'emplacement
des bornes de recharge pour
les véhicules électriques,
consultez la carte **ChargeHub** en
numérisant le code QR :



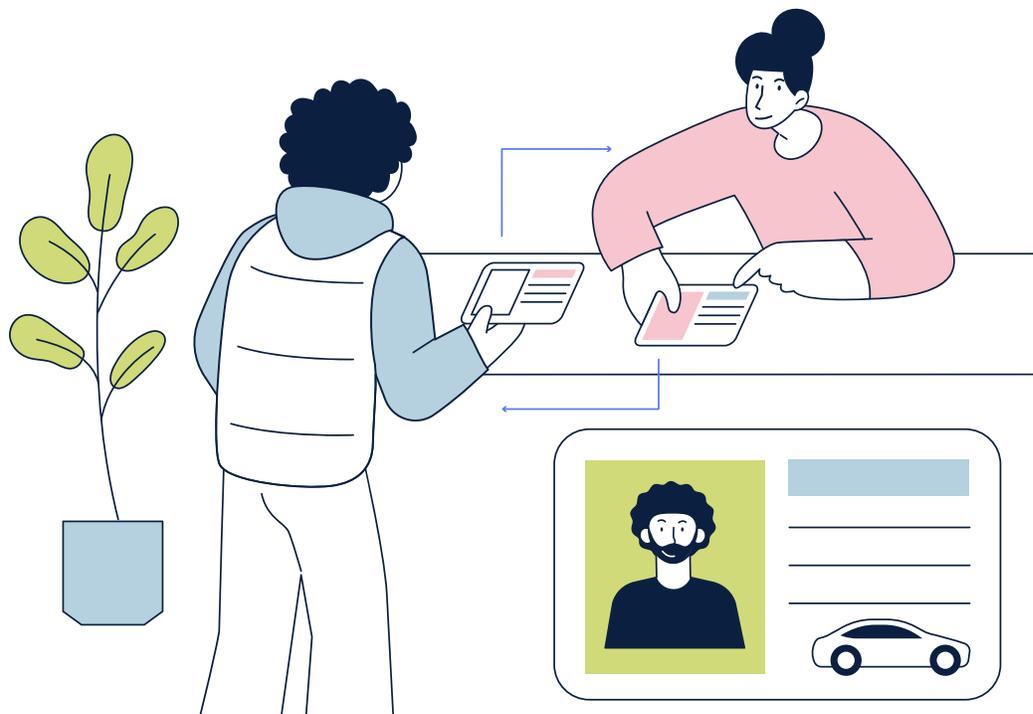


Permis de conduire

Vous avez un permis de conduire de votre pays d'origine :



- Vous êtes autorisé à conduire pendant 6 mois après votre première entrée au pays si votre permis est toujours valide.
- Vous avez un **MAXIMUM** de 12 mois après votre première entrée au pays pour effectuer le remplacement du permis de conduire par un permis du Québec.
- Vous devez respecter les conditions et la catégorie de votre permis.
- Vous devez être couvert par une assurance avant de conduire un véhicule.
- Il est préférable d'avoir la traduction officielle de votre permis de conduire avec vous ou le permis de conduire international pendant cette période.



Étapes pour obtenir votre permis de conduire du Québec :



- Avoir une traduction de votre permis de conduire par un traducteur reconnu par l'ordre des traducteurs du Québec.
- Ouverture et analyse de votre dossier à la SAAQ à Québec.
 - Vous devez prendre rendez-vous en ligne en remplissant un formulaire.
 - Vous recevrez un appel ou un courriel dans les 20 jours ouvrables suivant l'envoi du formulaire.
 - Présentez-vous à votre rendez-vous au jour et à l'heure précisés et ouvrez votre dossier.
 - Documents requis : permis de conduire de votre pays traduit, passeport, document d'immigration, preuve de résidence reconnue.
- Prenez rendez-vous le jour de l'ouverture de votre dossier pour votre examen théorique. Il est possible de le faire le jour même de l'ouverture du dossier selon les disponibilités de la SAAQ.
- Passez l'examen pratique.
- Il y a la possibilité de reprises au besoin (un maximum est prévu).

Le point de services de la SAAQ le plus proche pour ces étapes est celui à Saint-Joseph-de-Beauce.

SAAQ Saint-Joseph-de-Beauce

1021, avenue du Palais, local 103
Saint-Joseph-de-Beauce (Québec)
G0S 2V0
Tél : 1-800-361-7620

Nouveau conducteur



- Ouverture et analyse de votre dossier à la SAAQ.
- Obligatoire ! Suivre un cours de conduite (théorique et pratique).
Coût : environ 1200\$.
- Réussir le cours théorique.
- Obtention du permis d'apprenti conducteur à la SAAQ.
- Après 2 mois : examen pratique à la SAAQ.
- Après 10 mois : examen théorique à la SAAQ.
- Obtention du permis de conduire probatoire.
- Après deux ans : permis de conduire régulier.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



**Permis
canadien
étranger**



Immatriculation

Pour avoir le droit de circuler sur les routes du Québec, tout propriétaire d'un véhicule doit l'immatriculer à la SAAQ. Pour ce faire, vous pouvez vous rendre à l'un des bureaux de la SAAQ. Il est recommandé de prendre rendez-vous pour cette étape.

Documents exigés:

- Votre permis de conduire du Québec ou un autre document officiel avec photo.
- Le contrat de vente ou de location du véhicule ou une facture relative au véhicule.
- Si vous ne pouvez pas vous présenter vous-même, la personne qui se présentera à votre place devra apporter l'original du formulaire « Procuration » que vous aurez rempli au préalable.

Pour plus d'informations sur les permis de conduire ou l'immatriculation, contactez la SAAQ ou numérisez le code QR :

SAAQ (Société de l'assurance automobile du Québec)

212, 2^e Avenue, local A1
Lac-Étchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-5252



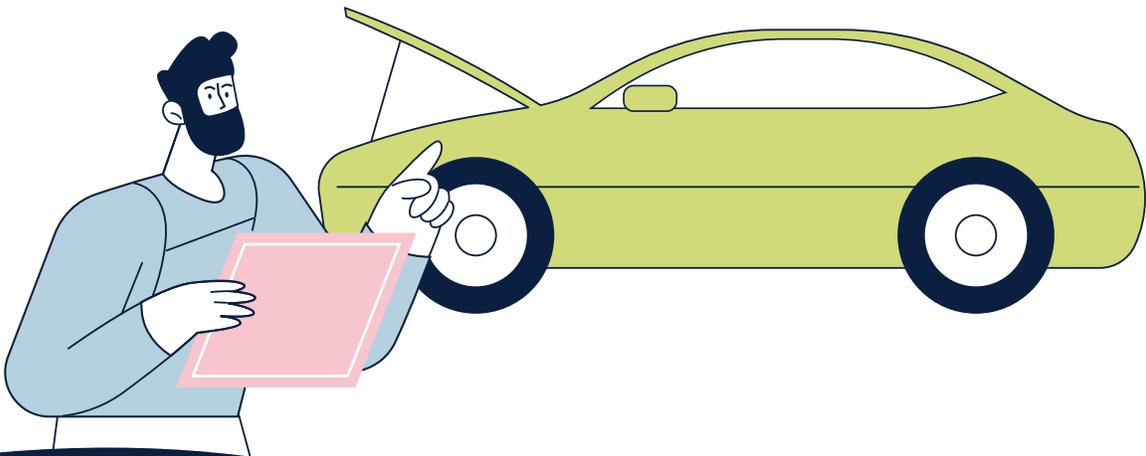


Assurance automobile

Au Québec, la loi exige que tous les propriétaires d'un véhicule aient une police d'assurance responsabilité civile pour un minimum de 50 000 \$. Cette assurance de base obligatoire sert à couvrir les dommages matériels que vous pourriez causer aux autres.

Il est recommandé de souscrire à une assurance qui couvre autant les dommages que vous pourriez causer aux autres (assurance responsabilité civile) que les dommages faits à votre propre véhicule. Ce type de contrat d'assurance couvre votre véhicule en cas de collision ainsi qu'en cas de vol, de vandalisme, de grêle ou d'incendie, par exemple.

Les conditions d'assurances varient énormément d'une compagnie à l'autre. Prenez le temps de magasiner et de comparer. N'hésitez pas à en parler à vos proches, vos amis ou vos collègues.



Saviez-vous que...

Saviez-vous que : Au Québec, votre véhicule doit être chaussé de pneus pour l'hiver dès le 1^{er} décembre et jusqu'au 15 mars. Toutefois, les conditions printanières pouvant être variables, il vous est recommandé d'attendre quelques semaines après la fin de cette période avant de poser vos pneus quatre-saisons ou vos pneus d'été.





Santé

En cas d'ennuis de santé, **quatre options** se présentent pour obtenir des soins de santé adaptés à la situation.

1 Composer le 8-1-1, option 1



Vous pourrez parler à une infirmière d'Info-Santé pour une évaluation de vos symptômes et des conseils pour appliquer des soins à la maison.

2 La pharmacie



Une pharmacie est un établissement où l'on vend des médicaments, produits, objets et instruments destinés aux soins du corps. C'est l'endroit où faire préparer et récupérer une ordonnance de médicament prescrit par un médecin. À la pharmacie, on peut consulter un pharmacien pour des petits enjeux de santé. Il n'y a pas de médecin en pharmacie.

Lac-Etchemin Familiprix

1570, route 277
Lac-Etchemin (Québec)
Tél : 418-625-7331



**Cueillette en pharmacie et livraison
de médicaments disponibles**

Lac-Etchemin Uniprix

215, 2^e Avenue
Lac-Etchemin (Québec)
Tél : 418-625-1994



**Cueillette en pharmacie et livraison
de médicaments disponibles**

Sainte-Justine Famiprix

135, rue Principale, bureau 7
Sainte-Justine (Québec)
Tél : 418-383-3036

Cueillette en pharmacie disponible



Saint-Prosper Proxim

2975, 25^e Rue
Saint-Prosper (Québec)
Tél : 418-594-8276

**Cueillette en pharmacie,
ramassage extérieur et livraison
de médicaments disponibles**



Saint-Zacharie Proxim

528, 15^e Avenue
Saint-Zacharie (Québec)
Tél : 418-593-5512

**Cueillette en pharmacie,
ramassage extérieur et livraison
de médicaments disponibles**





La clinique médicale (parfois aussi appelée clinique externe ou clinique de soins ambulatoires) est un établissement de soins qui s'occupe des patients dont la vie n'est pas en danger.

Pour obtenir un médecin de famille, vous devez avoir votre carte d'assurance maladie du Québec et par la suite, aller vous inscrire sur la liste d'attente du Guichet d'accès à un médecin de famille (GAMF). Numérisez le code QR pour faire cette démarche :



Lac-Etchemin Groupe de médecine familiale universitaire de Lac-Etchemin (GMF-U de Lac-Etchemin)



331, place du Sanatorium
Lac-Etchemin (Québec)
GOR 1S0

Tél : 418-625-3101 (ligne générale)

- Si vous voulez prendre un rendez-vous et que vous avez un médecin de famille, composez le 418-625-8000.
- Si vous voulez prendre un rendez-vous pour un besoin immédiat, mais qui n'est pas urgent et que vous avez un médecin de famille, composez le 418-625-3101.
- Si vous voulez prendre un rendez-vous pour un besoin immédiat, mais qui n'est pas urgent et que vous êtes en attente pour avoir un médecin de famille, composez le 8-1-1 option 3.



Sainte-Justine Clinique médicale Sainte-Justine

135, rue Principale, bureau 6
Sainte-Justine (Québec)
G0R 1Y0
Tél : 418-383-3095



Saint-Prosper Clinique médicale Saint-Prosper (GMF de Saint-Prosper)

2975, 25^e Avenue, suite 101
Saint-Prosper (Québec)
G0M 1Y0
Tél : 418-594-8218



Saviez-vous que...

Saviez-vous que : Parentaïme Maison de la Famille des Etchemins offre un service de clinique pédiatrique dans leurs locaux de Lac-Etchemin, les derniers jeudis de chaque mois. Ce service est offert aux enfants de 0 à 18 ans. Contactez le 418-625-2223 pour prendre rendez-vous. Prendre note que ce service est fermé l'été.



4 Hôpital

Un hôpital est un lieu destiné à prendre en charge des personnes atteintes de maladies et de traumatismes trop complexes pour pouvoir être traités à domicile ou dans le cabinet d'un médecin.

Il n'y a pas d'hôpitaux sur le territoire des Etchemins. Les hôpitaux les plus près sont :

Hôpital de Saint-Georges

1515, 17^e Rue
Saint-Georges (Québec)
G5Y 4T8
Tél : 418-228-2031
Ouvert jour et nuit
(À titre informatif :
à environ 45 minutes de Lac-Etchemin)



Hôpital Hôtel-Dieu de Lévis

143, rue Wolfe
Lévis (Québec)
G6V 3Z1
Tél : 418-835-7121
Ouvert jour et nuit
(À titre informatif :
à environ 1h15 de Lac-Échemin)



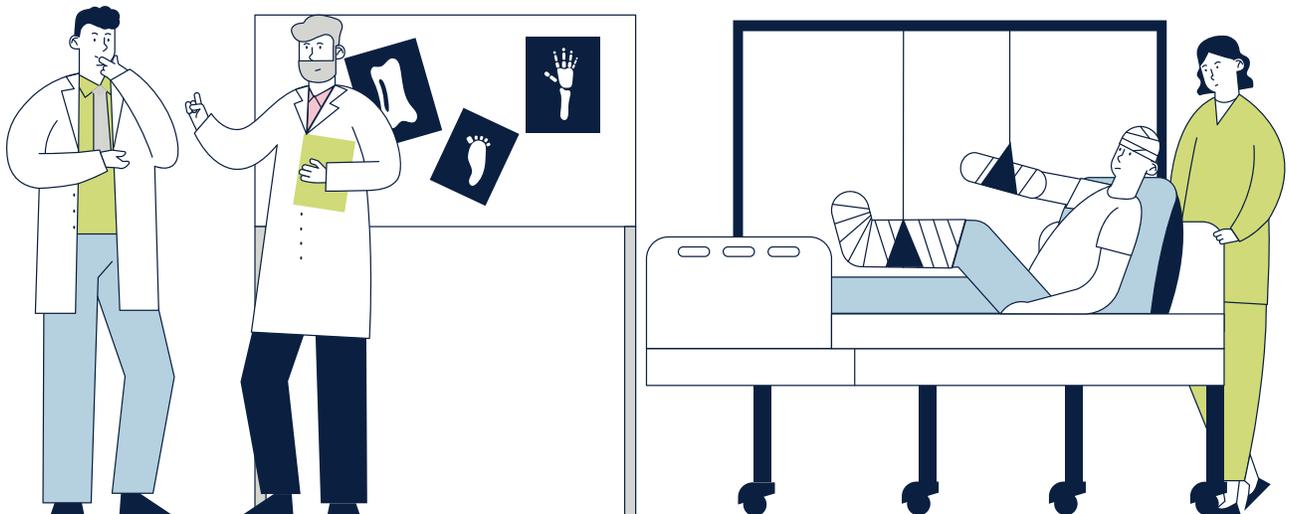
Hôpital Paul-Gilbert de Charny

9330, boulevard du Centre-Hospitalier
Lévis (Québec)
G6X 1L6
Tél : 418-380-8993
Ouvert de 7h à 23h
(À titre informatif :
à environ 1h00 de Lac-Échemin)



Hôpital de Montmagny

350, boulevard Taché Ouest
Montmagny (Québec)
G5V 3R8
Tél : 418-248-0630
Ouvert jour et nuit
(À titre informatif :
à environ 1h15 de Lac-Échemin)



CLSC



La mission d'un centre local de services communautaires (CLSC) est d'offrir des services de santé et des services sociaux courants et de première ligne à la population du territoire qu'il dessert. Il s'occupe également d'activités de santé publique.

CLSC Lac-Échemin

331, rue du Sanatorium
Lac-Échemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-3101



CLSC Saint-Prosper

2770, 20^e Avenue
Saint-Prosper (Québec)
G0M 1Y0
Tél : 418-594-8282



Soins de santé à domicile



Les soins de santé à domicile aident les personnes à recevoir des soins chez elles plutôt que dans un hôpital ou dans un établissement de soins de longue durée, et à vivre de façon aussi autonome que possible dans la collectivité. Ce service est offert sur tout le territoire des Etchemins.

Services à domicile des Etchemins, coopérative de solidarité

1553-B, route 277
Lac-Échemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-4500





Soins dentaires

Les dentistes s'occupent de la prévention de toutes les maladies de la bouche à l'aide de soins et traitements tels que le détartrage et bien plus.

Centre dentaire des Etchemins

1514, route 277
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-1171



Clinique dentaire Sainte-Justine

135, rue Principale, bureau 6
Sainte-Justine (Québec)
G0R 1Y0
Tél : 418-383-3059



Clinique dentaire Daniel Leblanc Inc.

2653, 25^e Avenue
Saint-Prospère (Québec)
G0M 1Y0
Tél : 418-594-8262





Vaccination

Au Québec, la vaccination n'est pas obligatoire, mais elle est fortement recommandée. La grande majorité des personnes acceptent de se faire vacciner. Le Programme québécois d'immunisation offre des vaccins gratuitement à toute la population du Québec.

Numérisez le code QR pour la démarche à suivre pour se faire vacciner, le calendrier de vaccination et autres informations sur le sujet :

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



Vaccination



Vaccination en milieu scolaire

Le Protocole québécois d'immunisation prévoit que les enfants reçoivent certains vaccins en milieu scolaire. Ces vaccins sont offerts gratuitement en 4^e année du primaire et en 3^e année du secondaire.

L'infirmière scolaire vaccine les enfants lors des séances de vaccination qui ont lieu au cours de l'année scolaire. Toutes les informations pertinentes seront fournies aux parents au début de l'année scolaire par l'entremise de l'école.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



Vaccination en milieu scolaire



Santé sexuelle et contraception

La santé sexuelle est un aspect important de la santé globale. Des ressources accessibles existent pour :

- Le dépistage d'infections transmissibles sexuellement ou par le sang (ITSS)
- Des conseils et de l'information
- L'accès à des moyens de contraception.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



**Santé sexuelle
et contraception**

Dépistage d'infections transmissibles sexuellement ou par le sang (ITSS)



Groupe de médecins de famille universitaire de Lac-Etchemin (GMF-U) CLSC de Lac-Etchemin

331, rue du Sanatorium
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-3101



Aire Ouverte - CISSS Chaudière-Appalaches

2385, boulevard Dionne
Saint-Georges (Québec)
G5Y 3X6
Tél : 418-221-2458



**Particularités : Pour les jeunes de
12 à 25 ans, avec et sans rendez-vous.**

Contraceptifs oraux réguliers et contraceptifs oraux d'urgence



Contactez votre médecin de famille afin d'obtenir un rendez-vous pour obtenir une prescription. Si vous n'avez pas de médecin de famille, contactez un CLSC. Les jeunes de 12 à 25 ans peuvent aussi contacter Aire Ouverte qui offre ce service avec ou sans rendez-vous dans leur local de Saint-Georges.

Groupe de médecins de famille universitaire de Lac-Etchemin (GMF-U) - CLSC de Lac-Etchemin

331, rue du Sanatorium
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-3101



CLSC Saint-Prosper

2770, 20^e Avenue
Saint-Prosper (Québec)
G0M 1Y0
Tél : 418-594-8282



Aire Ouverte - CISSS Chaudière-Appalaches

2385, boulevard Dionne
Saint-Georges (Québec)
G5Y 3X6
Tél : 418-221-2458

Particularités : Pour les jeunes de 12 à 25 ans, avec et sans rendez-vous.



Pour aller récupérer votre contraceptif, vous devrez vous rendre avec votre prescription dans une pharmacie de votre choix.

Contraception avec la pose d'un stérilet



Voici la marche à suivre pour l'installation d'un stérilet :

- Rencontrer un médecin ou une infirmière pour avoir une prescription.
- Contacter le CLSC pour prendre un rendez-vous ou contacter la clinique d'installation de stérilet la plus près du territoire des Etchemins, soit celle de Saint-Georges :

Clinique d'installation de stérilets de Saint-Georges

12523, 25^e Avenue
Saint-Georges (Québec)
G5Y 5N6
Tél : 418-228-2244



Contraception avec la vasectomie



La vasectomie est entièrement couverte par la RAMQ (Régie de l'assurance maladie du Québec) si elle est réalisée dans un établissement public ou une clinique privée affiliée à la RAMQ. Vous pouvez passer par votre médecin de famille pour un établissement public et contacter Vasectomie Québec pour une clinique privée à Lévis ou Québec.

Vasectomie Québec



Santé mentale

La santé mentale correspond à un état de bien-être mental qui nous permet d'affronter les sources de stress de la vie, de réaliser notre potentiel, de bien apprendre, de bien travailler et de contribuer à la vie de la communauté. Elle fait partie intégrante de la santé et du bien-être.

Organismes communautaires



Composez le **2-1-1** pour découvrir les programmes et services sociaux de proximité ou numérisez le code QR :

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



2-1-1

La Station est une plateforme de référence pour trouver les services communautaires offerts en Beauce-Etchemins. Plus de 115 organismes y sont répertoriés. Pour plus de détails, numérisez le code QR :

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



La Station

CISSS de Chaudière-Appalaches

Le CISSS de Chaudière-Appalaches offre différents services psychosociaux pour vous aider à vous sentir mieux.

Pour en savoir plus sur les services disponibles et pour y avoir accès, composez le **8-1-1 option 2**.

Saviez-vous qu'Aire Ouverte offre de l'aide psychosociale adaptée aux jeunes de 12 à 25 ans avec et sans rendez-vous ? Contactez-les au **418-221-2458** pour plus de détails sur leurs services.

Aire Ouverte – CISSS Chaudière-Appalaches

2385, boulevard Dionne
Saint-Georges (Québec)
G5Y 3X6
Tél : 418-221-2458



Vous pouvez aussi consulter votre médecin de famille pour lui parler de vos inquiétudes en lien avec votre santé mentale. Il pourra évaluer votre état de santé, vous référer au besoin et vous suggérer un traitement approprié.

Si vous n'avez pas de médecin de famille et que vous êtes inscrit sur la liste d'attente du Guichet d'accès à un médecin de famille (GAMF), composez le **8-1-1 option 3**.

Urgence immédiate



Si vous êtes dans une situation d'urgence psychologique immédiate et/ou si vous avez des **idées suicidaires**, communiquez avec la ligne 1 866 APPELLE au **1-866-277-3553**. Vous pourrez parler avec un intervenant qualifié, être écouté et accompagné vers des services au besoin. N'hésitez jamais à demander de l'aide, que ce soit pour vous ou l'un de vos proches en composant **8-1-1 option 2**.



Éducation



Garderie

Le réseau des services de garde éducatifs à l'enfance permet aux parents de choisir entre un cadre familial ou un milieu de vie collectif.

1- Les services de garde en installation

- Centres de la petite enfance (CPE)
- Garderies subventionnées ou non subventionnées

2- Les services de garde en milieu familial

- Subventionnés ou non subventionnés

Vous devez inscrire vos enfants sur le site de la Place 0-5 ans pour avoir accès à un service de garde dès que :

- Vous arrivez au Québec avec des enfants âgés de 0 à 5 ans
- Vous apprenez que vous êtes enceinte

Pour inscrire votre ou vos enfants sur la liste pour l'attribution d'un service de garde, vous devez créer un compte sur le site de la Place 0-5 ans. Numériser le code QR suivant pour y avoir accès :

Numériser le code QR pour en savoir davantage sur :



Inscription

Numériser le code QR pour mieux comprendre le



Systeme des services de garde au Québec

Halte-garderie



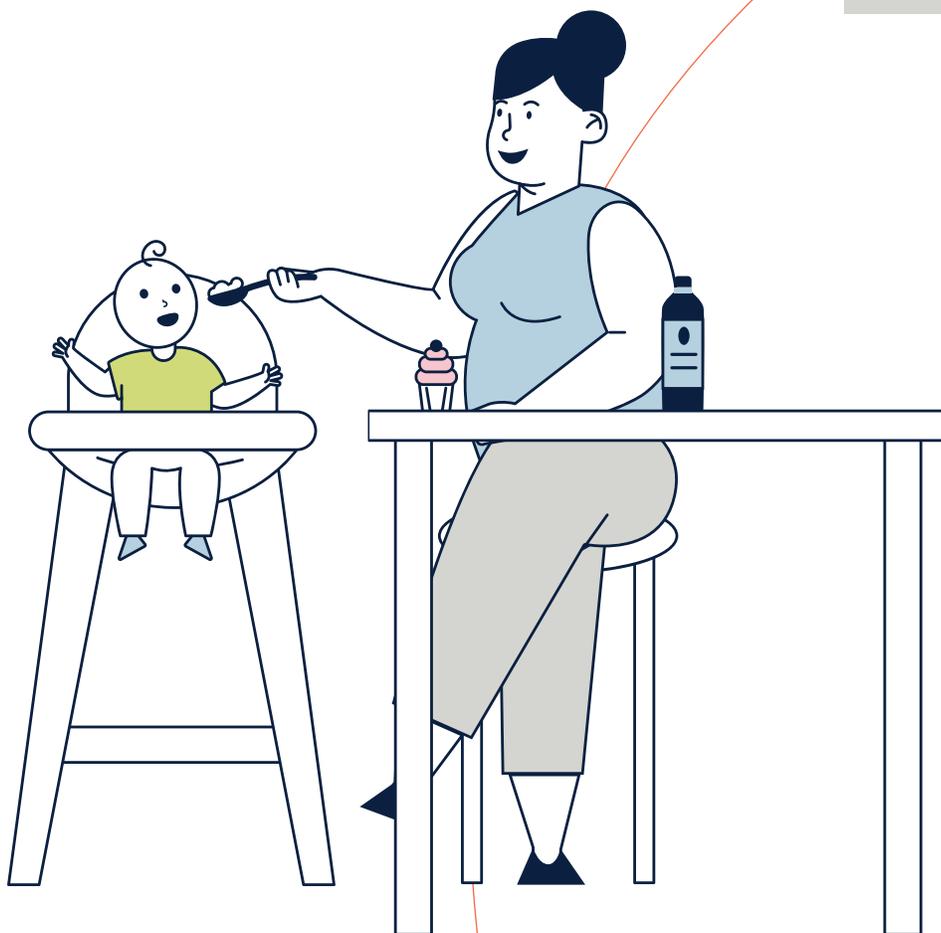
Une halte-garderie est un service de garde occasionnel offert par un organisme communautaire qui permet aux parents, par exemple, d'aller faire des courses, de se reposer ou de participer aux activités de l'organisme. La halte-garderie est aussi une belle occasion pour votre enfant d'être stimulé et de socialiser avec d'autres enfants. Des frais de garde pour la journée sont applicables.

Dans Les Etchemins, le service de halte-garderie est offert par **Parentaïme Maison de la Famille des Etchemins** dans leurs locaux de Lac-Etchemin et de Saint-Prospier. Pour plus d'informations sur ce service et pour inscription, veuillez les contacter au **418-625-2223**.

Pour connaître tous les services offerts par l'organisme Parentaïme Maison de la Famille des Etchemins, numérisez le code QR :



**Parentaïme
Maison de la
Famille des
Etchemins**



Aa Écoles primaires

Préscolaire - entre 4 ans et 5 ans

La maternelle, ou éducation préscolaire est une transition entre le milieu familial et l'école. En utilisant le jeu comme moyen privilégié, on favorise le développement de l'enfant et on le prépare progressivement à son entrée au primaire.

Primaire - entre 6 ans et 12 ans

Le primaire au Québec est de la 1^{re} à la 6^e année.

Où sont situées les écoles primaires dans la MRC des Etchemins ?

Secteur Abénaquis

- Saint-Benjamin
- Sainte-Aurélie
- Sainte-Rose-de-Watford
- Saint-Louis-de-Gonzague
- Saint-Prosper
- Saint-Zacharie

École la Tourterelle

242, avenue Principale
Saint-Benjamin (Québec)
G0M 1N0
Tél : 418-228-5541, poste 71410



École Jouvence

12, rue des Lilas
Sainte-Aurélie (Québec)
G0M 1M0
Tél : 418-228-5541, poste 71430



École du Petit Chercheur

4, rue Roy
Sainte-Rose-de-Watford (Québec)
G0R 4G0
Tél : 418-228-5541, poste 71400

**Et pour la municipalité de
Saint-Louis-de-Gonzague**



École du Trait-d'Union

2880, 18^e Avenue
Saint-Prosper (Québec)
G0M 1Y0
Tél : 418-228-5541, poste 71390



École des Sommets

675, 12^e Avenue
Saint-Zacharie (Québec)
G0M 2C0
Tél : 418-228-5541, poste 71420



Secteur Appalaches

- Lac-Étchemin
- Saint-Camille-de-Lellis
- Saint-Cyprien
- Sainte-Justine
- Sainte-Sabine
- Saint-Luc-de-Bellechasse
- Saint-Magloire

École Notre-Dame-de-Lac-Étchemin

1468, route 277
Lac-Étchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-228-5541, poste 71330



École Arc-en-ciel

6, rue du Couvent
Saint-Camille-de-Lellis (Québec)
G0R 2S0
Tél : 418-228-5541, poste 71340



École Fleur-de-soleil

200, rue Bédard
Sainte-Justine (Québec)
G0R 1Y0
Tél : 418-228-5541, poste 71380

**Et pour les municipalités de
Saint-Cyprien ainsi que
Saint-Luc-de-Bellechasse**



École Rayons-de-Soleil

15, rue Mercier
Saint-Magloire (Québec)
G0R 3M0
Tél : 418-228-5541, poste 71350

**Et pour la municipalité
de Sainte-Sabine**





Écoles secondaires

Secondaire 1 à secondaire 5 (12 ans à 17 ans)

Où sont situées les écoles secondaires dans la MRC des Etchemins ?

Secteur Abénaquis

- Saint-Benjamin
- Sainte-Aurélie
- Sainte-Rose-de-Watford
- Saint-Louis-de-Gonzague
- Saint-Prosper
- Saint-Zacharie

Polyvalente des Abénaquis

2105, 25^e Avenue
Saint-Prosper (Québec)
G0M 1Y0
Tél : 418-228-5541, poste 71440



Secteur Appalaches

- Lac-Etchemin
- Saint-Camille-de-Lellis
- Saint-Cyprien
- Sainte-Justine
- Saint-Luc-de-Bellechasse
- Saint-Magloire
- Sainte-Sabine

École des Appalaches

135, boulevard Lessard
Sainte-Justine (Québec)
G0R 1Y0
Tél : 418-228-5541, poste 71450





Éducation aux adultes

Les formations de l'éducation des adultes s'adressent aux gens qui n'ont plus l'obligation légale de fréquenter l'école, c'est-à-dire ceux qui ont atteint l'âge de 16 ans avant le 1^{er} juillet de l'année scolaire en cours.

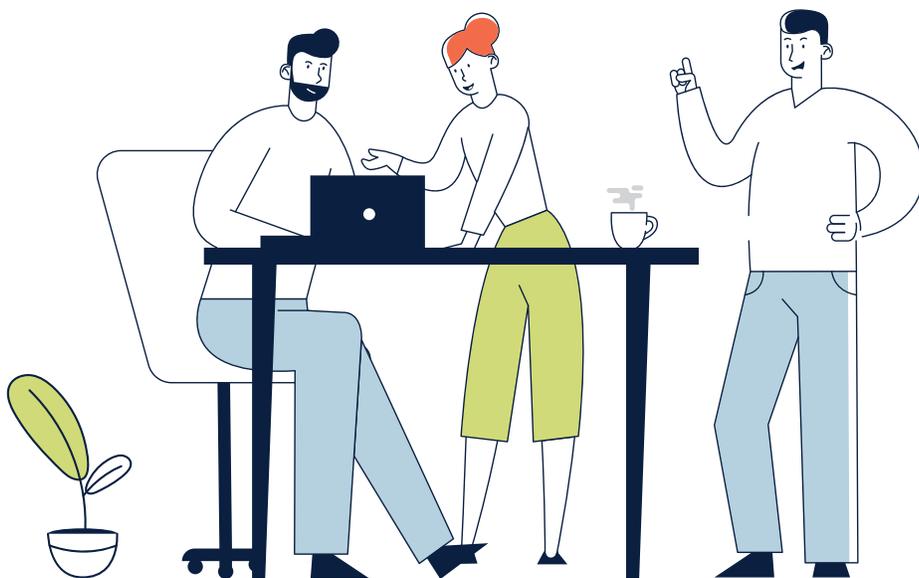
Centre d'éducation aux adultes

2105, 25^e Avenue
Saint-Prospér (Québec)
G0M 1Y0
Tél : 418-228-5541, poste 62800



Le Groupe Alpha des Etchemins

212, 2^e Avenue
Lac-Etchemin (Québec)
G0M 1S0
Tél : 418-625-2550





Formation professionnelle (postsecondaire)

La formation professionnelle en Beauce-Etchemins, c'est 27 programmes de formation qui donnent accès à des métiers passionnants et recherchés par les entreprises de la région. Tous les programmes de la formation professionnelle sont offerts à Saint-Georges.

Service de la formation professionnelle (POZER)

1925, 118^e Rue
Saint-Georges (Québec)
G5Y 7R7
Tél : 418-228-5541, poste 26200





Formation collégiale

Cégep Beauce-Appalaches

1055, 116^e Rue
Saint-Georges (Québec)
G5Y 3G1
Tél : 418-228-8896



Pour en apprendre davantage sur les études au Québec, l'inscription des enfants à l'école, le transport scolaire ainsi que le service de garde scolaire, numérisez le code QR :



**La scolarité
au Québec**



Sports, loisirs et culture

Une grande quantité d'activités sont possibles dans Les Etchemins ! Que ce soient des activités de plein air, culturelles, patrimoniales, des festivals ou autres.

Vous trouverez plusieurs informations sur le site Internet **Tourisme Etchemins**.

Numérisez le code QR et n'oubliez pas de faire défiler jusqu'en bas la page "Quoi faire" du site Internet pour obtenir plus de choix :



Pour trouver diverses installations près de chez vous telles que : parcs, sentiers, centres communautaires, centres sportifs, bibliothèques et écoles, consultez **la carte interactive de la MRC des Etchemins** en numérisant le code QR :



Pour connaître les activités spontanées et temporaires, les programmations de divers cours à venir sur le territoire, consultez le site Internet **Etchemins en direct** qui regroupe les activités par date dans nos 13 municipalités :



Saviez-vous que...

La plupart des municipalités ont un service des loisirs ayant une page Facebook. Vous pouvez les consulter pour connaître les activités qui y sont proposées. Certaines municipalités prêtent aussi de l'équipement sportif gratuitement. Informez-vous au service des loisirs de votre municipalité.





Services financiers

Les banques et les caisses sont des entreprises habilitées à recevoir l'argent du public (les dépôts), à collecter l'épargne, à fournir et à gérer les moyens de paiement (billets de banque, chèques, carte de débit ou de crédit) et à accorder des prêts.

Banque Nationale

222, 2^e Avenue
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-2661



Caisse Desjardins des Etchemins

1568-R, route 277
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-3741



Centre de services Desjardins Sainte-Justine

135-1, rue Principale
Sainte-Justine (Québec)
G0R 1Y0
Tél : 418-625-3741



Caisse Desjardins du Sud de la Beauce

2880, 25^e Avenue
Saint-Prosper (Québec)
G0M 1Y0
Tél : 418-594-8227



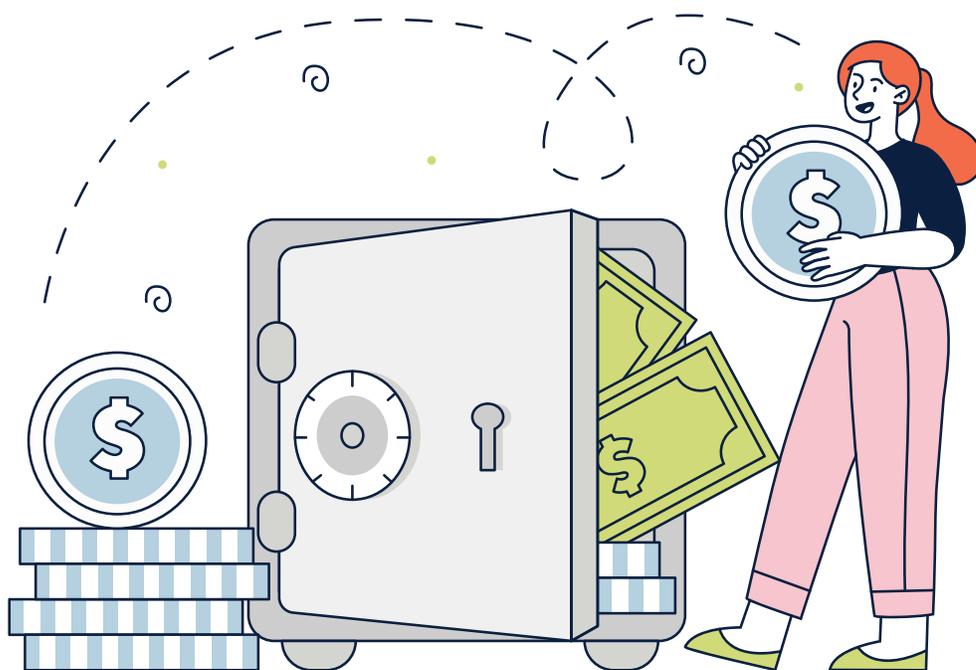


Ouverture de compte bancaire

Pour ouvrir un compte bancaire, vous devez vous rendre en succursale avec deux pièces d'identité gouvernementale comme le permis de conduire, la carte d'assurance maladie ou le passeport. Si l'une des cartes d'identité ne comporte pas d'adresse, comme la carte d'assurance maladie, vous aurez aussi besoin d'une preuve d'adresse comme une facture d'électricité, de téléphone ou de câblodistribution.

Si vous êtes un travailleur étranger et désirez ouvrir un compte chez Desjardins vous devez prendre rendez-vous par téléphone au **514-875-4266, option 1**.

Le jour de votre rendez-vous, vous aurez besoin de votre permis de travail ou d'étude ainsi que de votre passeport.





Guichet automatique

Guichet Desjardins Lac-Etchemin

1568-R, route 277
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0



Guichet Banque Nationale Lac-Etchemin

222, 2^e Avenue
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0



Guichet Desjardins Saint-Magloire

13, rue de la Caisse
Saint-Magloire (Québec)
G0R 3M0



Guichet Banque Nationale Saint-Prosper

2655, 20^e Avenue
Saint-Prosper (Québec)
G0M 1Y0



Guichet Desjardins Saint-Zacharie

726, 15^e Rue
Saint-Zacharie (Québec)
G0M 2C0





Services en entrepreneuriat

Le service de développement économique de la MRC des Etchemins a pour mandat d'accompagner et de soutenir les promoteurs dans leurs projets de création, d'expansion et de transfert d'entreprise. Ce service constitue la porte d'entrée pour toute personne ayant le désir de réaliser un projet d'entreprise.



Service de développement économique de la MRC des Etchemins

223, 2^e Avenue
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-9000



SADC Bellechasse-Etchemins

494-B, rue Principale
Saint-Léon-de-Standon (Québec)
G0R 4L0
Tél : 418-642-2844





Impôts

Chaque année, avant le 30 avril, vous devez transmettre votre déclaration de revenus pour l'année précédente au gouvernement du Canada ainsi qu'au gouvernement du Québec. Si vous ou votre conjoint exploitez une entreprise, vous avez toutefois jusqu'au 15 juin. À noter que lorsque la date limite tombe un jour férié ou un jour non ouvrable, le délai de transmission est prolongé jusqu'au jour ouvrable suivant. Il est recommandé de faire affaire avec une firme comptable qui vous aidera à remplir vos déclarations.

Si vous avez des questions relatives aux impôts, vous pouvez contacter :

Impôt fédéral (Agence du revenu du Canada) Centre fiscal de Jonquière

2251, boulevard René-Lévesque
Jonquière (Québec)
G7S 5J2
Tél : 1-800-959-7383



Impôt provincial (Revenu Québec) Direction principale des relations avec la clientèle des particuliers

3800, rue de Marly
Québec (Québec)
G1X 4A5
Tél : 418-659-6299



Aide à l'impôt



Si vous avez des revenus modestes (Personne seule : moins de 35 000 \$, couple : moins de 45 000 \$) et que votre situation fiscale est simple, vous pourriez bénéficier d'une aide gratuite d'un bénévole de Nouvel Essor pour remplir vos déclarations.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



Nouvel Essor
418-383-5252





Développement durable / Gestion des matières résiduelles



Matières résiduelles

Les matières résiduelles, ce sont tous les restes qu'on jette : recyclage, compost, rebuts de construction ou les objets trop gros pour les bacs.

Chaque municipalité a son propre calendrier de collecte de poubelles et de recyclage. Pour connaître l'horaire de la cueillette sur votre territoire, consultez votre municipalité.

Deux bacs roulants de différentes couleurs sont utilisés pour la gestion des matières résiduelles.

- Le **bac bleu** pour les matières recyclables.
- Le **bac vert** ou **noir** pour tous les déchets qui ne sont ni recyclables ni compostables.

Certains objets ou matières ne vont dans aucun des deux bacs et doivent être apportés à l'écocentre municipal ou à la Ressourcerie Bellechasse, selon les cas. Numérisez le code QR pour savoir où **disposer vos matières résiduelles** selon leur nature :

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



**Disposition
des matières
résiduelles**



Cueillette des encombrants et des gros rebuts

Les citoyens des municipalités suivantes ont accès aux services de la Ressourcerie Bellechasse qui offre un service gratuit de cueillette à domicile pour différents encombrants, pièces de mobilier et autres biens.

Numérisez le code QR pour en apprendre davantage :

- **Lac-Étchemin**
- **Saint-Benjamin**
- **Saint-Camille-de-Lellis**
- **Saint-Cyprien**
- **Sainte-Justine**
- **Sainte-Rose-de-Watford**
- **Sainte-Sabine**
- **Saint-Louis-de-Gonzague**
- **Saint-Luc-de-Bellechasse**
- **Saint-Magloire**

Ressourcerie Bellechasse

491, route 277
Saint-Léon-de-Standon (Québec)
G0R 4L0
Tél : 418-642-5627



Les citoyens des municipalités suivantes ont accès aux services de la Régie intermunicipale du comté de Beauce-Sud (RICBS) qui offre un service gratuit de cueillette à domicile pour différents encombrants, pièces de mobilier et autres biens. Numérisez le code QR pour en apprendre davantage :

- **Sainte-Aurélie**
- **Saint-Prosper**
- **Saint-Zacharie**

Régie intermunicipale du comté de Beauce-Sud

695, rang Saint-Joseph
Saint-Côme-Linière (Québec) G0M 1J0
Tél : 418-685-2230





Écocentre

Un écocentre est un lieu public aménagé pour le dépôt de déchets visés par la collecte sélective de déchets domestiques encombrants, toxiques ou dangereux et de résidus organiques. C'est à vous d'aller porter directement vos items à votre écocentre.

Voici des exemples d'items qui peuvent être acceptés dans un écocentre :

Électroménagers	Cuisinière, laveuse, sècheuse
Appareils électroniques et informatiques	
Appareils réfrigérants	Réfrigérateur, climatiseur
Métaux	
Bois	Branches, bois de démolition, bois de construction
Résidus verts	Gazon, feuilles, tourbe, paille
Pneus usés et déjantés	
Contenants, emballages	Papier, carton, contenants de métal, plastique ou verre
Bardeaux d'asphalte de couverture de toit	
Briques, béton et asphalte	
Matériaux de remplissage	Terre, gravier, sable
Résidus domestiques dangereux	Ampoules, piles, solvants (substances liquides), bonbonnes de propane, etc.

Pour connaître l'**écocentre** auquel vous avez accès ainsi que son horaire d'ouverture, numérisez le code QR suivant et sélectionnez la municipalité où vous habitez :



Écocentre

À noter que les matériaux acceptés peuvent varier selon votre écocentre et qu'il y a certains matériaux pour lesquels des frais pourraient vous être chargés.

Saviez-vous que...

Lorsque vous vous rendez à l'écocentre de votre municipalité, vous devez avoir avec vous une preuve que vous habitez bien la municipalité. Une preuve est un document où apparaissent votre nom complet et votre adresse de maison ou d'appartement. Par exemple : compte de taxes municipales, facture de votre compte de téléphone ou d'Internet...





Compostage domestique

Composter à la maison permet de fertiliser ses plantes et son jardin de façon écologique et économique.

La MRC de Bellechasse, en collaboration avec la MRC des Etchemins, **offre un remboursement de 75 \$** pour vous équiper! Vous pouvez donc choisir le modèle de bac de comptoir et de compostière qui vous convient le mieux.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



Composter à la maison

Pour plus d'informations et pour avoir accès au formulaire d'aide financière pour l'achat de matériel de compostage, numérisez le code QR ou composez le **418-883-3347, poste 210.**



Ateliers de formation sur le compostage

La MRC de Bellechasse, en collaboration avec la MRC des Etchemins, offre gratuitement des ateliers de formation sur le compostage domestique. Numérisez le code QR pour en apprendre davantage sur les ateliers ou composez le **418-883-3347, poste 210.**



Vous pouvez aussi visionner la formation d'initiation au compostage domestique «Comment gérer ses matières organiques à la maison» en numérisant le code QR :



Comment gérer ses matières organiques à la maison

Le RICBS offre gratuitement des **ateliers de formation** sur le compostage domestique ainsi que des composteurs à 25 \$ et des aérateurs à 22 \$ aux résidents de : **Sainte-Aurélie, Saint-Prosper et Saint-Zacharie.** Accédez au calendrier des formations disponibles en numérisant le code QR. Pour commander votre composteur, composez le **418 685-2230 poste 102.**

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



Ateliers de formation RICBS

Saviez-vous que...

Il n'y a aucune collecte de compost sur le territoire de la MRC des Etchemins. Si vous décidez d'avoir un bac de compost à la maison, la gestion du contenu vous revient. Vous devez pouvoir l'utiliser vous-même dans votre jardin ou autres, ou le partager avec vos voisins.



Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur la gestion des matières résiduelles :



Recyc-Québec



Médias et communication



Radio

Poste de radio principal du territoire : Passion FM (100.5, 103.9, 105.5)

La mission de passion FM : Radio Bellechasse-Etchemins est une station régionale de type communautaire exploitant une entreprise de radiodiffusion sur les territoires des MRC de Bellechasse et des Etchemins et visant à contribuer au développement global de sa communauté.

Il est aussi possible d'écouter en direct ou en rediffusion la plupart des émissions de Passion FM en ligne, sur leur site web. Numérisez le code QR pour avoir accès au site web :





Journaux

Deux journaux couvrent l'actualité de la MRC des Etchemins.

La Voix du Sud



L'éclaireur Progrès



Bulletin municipal



Chaque municipalité a aussi son propre journal ou bulletin municipal. Ils sont gratuits et, la plupart, distribués par la poste, directement dans votre case postale. Sinon, consultez le site internet de votre municipalité ou la page Facebook.

Lac-Etchemin

Bulletin mensuel *L'Info du Lac*



Saint-Benjamin

Bulletin mensuel *L'Horizon*



Saint-Camille-de-Lellis

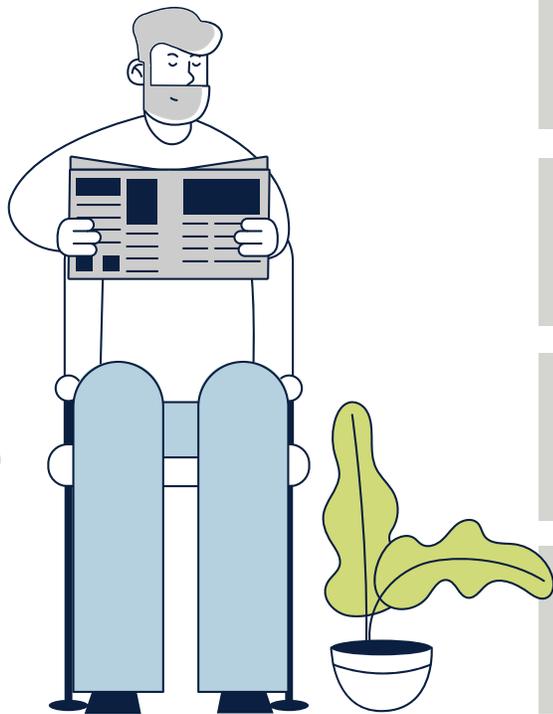
Bulletin mensuel *Ta Municipalité*



Saint-Cyprien

Journal mensuel
La voix de Saint-Cyprien





Sainte-Aurélie

Bulletin mensuel *L'Abénakis*



Sainte-Justine

Bulletin mensuel *Langevinette*



Sainte-Rose-de-Watford

Bulletin mensuel *L'Algonquin*



Sainte-Sabine-de-Bellechasse

Journal mensuel *Ste-Sabine*



Saint-Louis-de-Gonzague

Bulletin mensuel *Le Regard*



Saint-Luc-de-Bellechasse

Bulletin mensuel *Info-municipal*



Saint-Magloire

Bulletin mensuel *Le Maglorois*



Saint-Prosper

Journal mensuel *Le Saint-Prosper*



Saint-Zacharie

Journal mensuel
L'Écho des Sommets





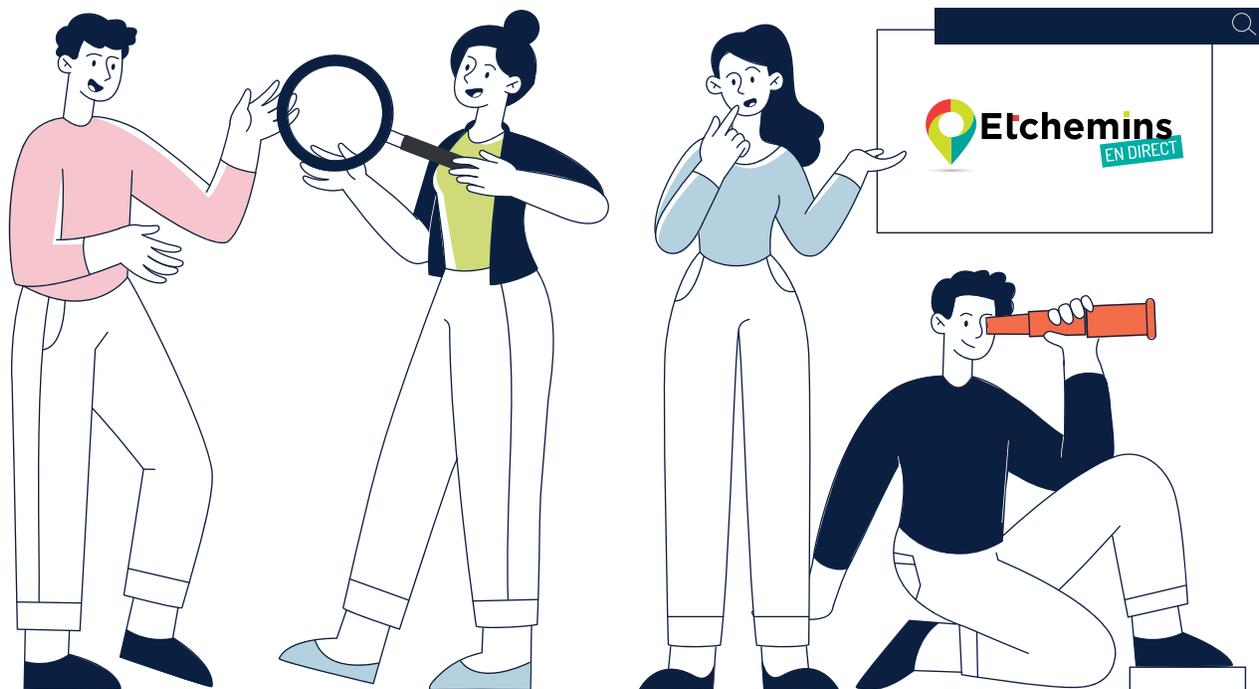
Site Internet

Pour connaître les actualités, activités, événements et cours prenant place dans les 13 municipalités de la MRC des Etchemins, vous pouvez consulter le site Internet **Etchemins en direct**.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



**Etchemins
en direct**





Bureau de poste

Le service de poste est disponible partout au Canada. Il est géré par Postes Canada. Chaque municipalité a son propre bureau de poste.

Pour obtenir une case postale, vous devez vous présenter en personne au bureau de poste de votre municipalité. Sur place, vous devez :

- Apporter une carte d'identité avec photo émise par le gouvernement
- Payer les frais de location et le dépôt pour clés (s'il y a lieu).

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur les services de :



**Postes
Canada**

Bureaux de poste des 13 municipalités des Etchemins



Lac-Etchemin

Lac-Etchemin

208, 2^e Avenue
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0



HEURES D'OUVERTURE

Lundi 8h30-17h15
 Mardi 8h30-17h15
 Mercredi 8h30-17h15
 Jeudi 8h30-18h30
 Vendredi 8h30-17h15
 Samedi fermé
 Dimanche fermé



Saint-Benjamin

438, avenue du Collège
Saint-Benjamin (Québec)
G0M 1N0



HEURES D'OUVERTURE

Lundi 9h00-13h15
 Mardi 9h00-13h15
 Mercredi 9h00-13h15
 Jeudi 9h00-18h00
 (fermé de 13h15-15h00)
 Vendredi 9h00-13h15
 Samedi fermé
 Dimanche fermé



Saint-Camille-de-Lellis

647, rue Principale
Saint-Camille-de-Lellis
(Québec)
G0R 2S0



HEURES D'OUVERTURE

Lundi 8h30-17h15
(fermé de 12h00-13h00)
Mardi 8h30-17h15
(fermé de 12h00-13h00)
Mercredi 8h30-17h15
(fermé de 12h00-13h00)
Jeudi 8h30-17h15
(fermé de 12h00-13h00)
Vendredi 8h30-17h15
(fermé de 12h00-13h00)
Samedi 8h45-10h45
Dimanche fermé



Saint-Cyprien

507, avenue de l'Église
Saint-Cyprien (Québec)
G0R 1B0



HEURES D'OUVERTURE

Lundi 11h30-16h00
Mardi 9h30-14h00
Mercredi 11h30-16h00
Jeudi 11h30-18h00
(fermé de 13h30-14h00)
Vendredi 11h30-16h00
Samedi fermé
Dimanche fermé



Sainte-Aurélie

151-A, chemin des Bois-Francis
Sainte-Aurélie (Québec)
G0M 1M0



HEURES D'OUVERTURE

Lundi 10h30-17h30
(fermé 13h45-14h30)
Mardi 10h30-17h30
(fermé 13h45-14h30)
Mercredi 10h30-17h30
(fermé 13h45-14h30)
Jeudi 10h30-17h30
(fermé 13h45-14h30)
Vendredi 10h30-17h30
(fermé 13h45-14h30)
Samedi fermé
Dimanche fermé



Sainte-Justine

214, rue Principale
Sainte-Justine (Québec)
GOR 1Y0

HEURES D'OUVERTURE

Lundi 8h30-17h15
Mardi 8h30-17h15
Mercredi 8h30-17h15
Jeudi 8h30-19h30
Vendredi 8h30-17h15
Samedi fermé
Dimanche fermé



Sainte-Rose-de-Watford

630, rue Principale
Sainte-Rose-de-Watford
(Québec)
GOR 4G0

HEURES D'OUVERTURE

Lundi 9h00-16h00
(fermé de 12h45-13h15)
Mardi 9h00-15h30
(fermé de 12h45-13h15)
Mercredi 9h00-15h30
(fermé de 12h45-13h15)
Jeudi 9h00-18h00
(fermé de 12h45-13h15)
Vendredi 9h00-15h30
(fermé de 12h45-13h45)
Samedi fermé
Dimanche fermé



Sainte-Sabine

90, rue Principale
Sainte-Sabine-De-
Bellechasse
(Québec)
GOR 4H0

HEURES D'OUVERTURE

Lundi 12h00-16h00
Mardi 12h00-16h00
Mercredi 12h00-16h00
Jeudi 14h00-18h00
Vendredi 12h00-16h00
Samedi fermé
Dimanche fermé



Saint-Louis-de-Gonzague

108, rue de l'Église
Saint-Louis-de-Gonzague
(Québec)
GOR 2L0

HEURES D'OUVERTURE

Lundi 8h00-16h30
(fermé de 12h00 à 13h00)
Mardi 8h00-16h30
(fermé de 12h00 à 13h00)
Mercredi 8h00-16h30
(fermé de 12h00 à 13h00)
Jeudi 8h00-16h30
(fermé de 12h00 à 13h00)
Vendredi 8h30-12h30
Samedi fermé
Dimanche fermé



Saint-Luc-de-Bellechasse

115, rue de la Fabrique
Saint-Luc-de-Bellechasse (Québec)
G0R 1L0

HEURES D'OUVERTURE

Lundi 12h00-16h00
Mardi 12h00-16h00
Mercredi 12h00-16h00
Jeudi 14h00-18h00
Vendredi 12h00-16h00
Samedi fermé
Dimanche fermé



Saint-Magloire

119, rue Principale
Saint-Magloire (Québec)
G0R 3M0

HEURES D'OUVERTURE

Lundi 8h30-18h00
Mardi 8h30-18h00
Mercredi 8h30-18h00
Jeudi 8h30-20h00
Vendredi 8h30-20h00
Samedi 8h30-18h00
Dimanche 8h30-18h00



Saint-Prosper

2425, 20^e Avenue
Saint-Prosper-De-Dorchester (Québec)
G0M 1Y0

HEURES D'OUVERTURE

Lundi 8h30-17h30
(fermé 11h30-12h00)
Mardi 8h30-17h30
(fermé 11h30-12h00)
Mercredi 8h30-17h30
(fermé 11h30-12h00)
Jeudi 8h30-17h30
(fermé 11h30-12h00)
Vendredi 8h30-17h30
(fermé 11h30-12h00)
Samedi fermé
Dimanche fermé



Saint-Zacharie

800, 15^e Rue
Saint-Zacharie (Québec)
G0M 2C0

HEURES D'OUVERTURE

Lundi 9h00-17h30
(fermé 12h00-13h15)
Mardi 9h00-17h30
(fermé 12h00-13h15)
Mercredi 9h00-17h30
(fermé 12h00-13h15)
Jeudi 9h00-18h15
(fermé 12h00-14h00)
Vendredi 9h00-17h30
(fermé 12h00-13h15)
Samedi fermé
Dimanche fermé



La société québécoise et ses valeurs communes

Pour faciliter votre intégration à la société québécoise, il est important de vous approprier et de respecter les valeurs clés du Québec.

La société québécoise se distingue par 5 principales valeurs :

Société francophone

Le français est la langue officielle, et ce, dans les sphères de l'État et de la Loi, du travail, de l'enseignement, du commerce, des affaires et des communications.

Société démocratique

Au Québec, le droit de vote permet aux citoyennes et citoyens d'élire des députés qui les représentent à l'Assemblée nationale.

Société laïque

Le principe de laïcité est que toute institution de l'état est neutre et sans référence à aucune religion.

Égalité entre les femmes et les hommes

Les femmes et les hommes ont les mêmes droits, obligations et responsabilités dans la vie publique et privée.

Les droits et responsabilités des Québécoises et Québécois

La charte des droits et libertés de la personne s'applique à toutes personnes vivant au Québec et elle couvre les catégories de droits suivantes :

- Les libertés et droits fondamentaux
- Le droit à l'égalité
- Les droits politiques
- Les droits judiciaires
- Les droits économiques et sociaux

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



**Charte
des droits
et libertés**

Pour plus d'informations et des conseils pour faciliter votre installation et réussir votre intégration au Québec, numérisez les codes QR :

S'installer et s'intégrer au Québec



Partager les valeurs clés du Québec



Judiciaire - Sécurité au Québec



La sécurité au Québec est un effort commun. Les autorités, les organismes communautaires et les citoyens doivent tous y travailler ensemble. Elle est très importante pour la vie quotidienne de chacun. Elle concerne plusieurs aspects comme la sécurité publique et la sécurité routière.

Sécurité publique



Les policiers, comme la Sûreté du Québec, travaillent pour protéger et servir les citoyens. Ils font des campagnes pour sensibiliser les gens sur des sujets comme la violence domestique et le harcèlement. Leur but est de réduire les problèmes dans la communauté et d'assurer la sécurité.

Sécurité routière



La sécurité sur la route est aussi une priorité. Le gouvernement met en place des mesures pour réduire les accidents. Par exemple, il y a des contrôles de vitesse et des campagnes sur l'alcool au volant. Le port de la ceinture de sécurité est obligatoire et les cyclistes doivent porter un casque pour éviter les blessures.

La **Sûreté du Québec** est le corps de police provincial du Québec. Elle est l'une des plus anciennes institutions québécoises encore en existence. C'est aussi la seule organisation policière à servir tout le territoire québécois. Pour plus d'informations, composez le **418-623-6262** ou numérisez le code QR :

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



Sûreté du Québec
418-625-2901

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



Sécurité routière

Le policier-patrouilleur



Le policier-patrouilleur répond à différents types d'appels comme : introduction par effraction, vol, méfait ou collision avec blessé. Il peut intervenir autant sur le territoire d'une MRC que sur le réseau autoroutier du Québec.

La prévention de la criminalité



La prévention de la criminalité et la sécurité quotidienne font partie intégrante du mandat policier. Il y a aussi des initiatives dans les quartiers pour améliorer la sécurité. Des programmes de voisinage vigilant encouragent les gens à se connaître et à s'entraider. Cela renforce les liens entre voisins et aide à prévenir les problèmes.

La présence dans les écoles



Les policiers de la Sûreté du Québec sont présents dans les écoles. En plus d'assurer la sécurité, ils travaillent avec les autres intervenants du milieu scolaire pour mener des actions de sensibilisation et de prévention auprès des jeunes en offrant, par exemple, des conférences sur la cyberintimidation, le fonctionnement du système judiciaire, etc.



Droits en milieu de travail



En tant qu'employé au Québec, vous avez le droit de recevoir un salaire minimum, d'avoir des congés payés et d'être rémunéré pour les heures supplémentaires travaillées. Vous êtes protégé contre le harcèlement psychologique et sexuel au travail. Vous pouvez demander une indemnité si vous êtes victime d'un accident du travail. Pour plus d'informations, numérisez le code QR :

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



**Droits en
milieu de travail**



La Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail est l'organisme principal responsable de l'application des lois du travail au Québec. Elle fait la promotion des droits et obligations des travailleurs et des employeurs au Québec.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



Normes du travail
Équité Salariale
Santé et sécurité au travail
1-844-838-0808

Droit de la famille



Au Québec, les femmes et les hommes ont les mêmes droits en ce qui concerne le mariage, le divorce, la garde des enfants et la pension alimentaire. Les couples de même sexe peuvent se marier légalement et ont les mêmes droits que tous les couples mariés.

Un des conjoints peut obtenir le divorce même si l'autre n'est pas d'accord. Un des conjoints peut demander une pension alimentaire à l'autre lorsqu'ils se séparent ou divorcent pour l'aider à subvenir à ses besoins.

Les conjoints de fait (couple non marié qui vit ensemble sous la même adresse depuis 12 mois) n'ont pas les mêmes droits que les conjoints mariés.

L'Association des familles monoparentales et recomposées de la Chaudière (AFMRC) offre de l'information juridique pour les personnes se questionnant sur leurs droits en contexte de séparation. Pour plus d'informations sur leurs services, composez le **418-227-8041** ou numérisez le code QR :

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



L'Association des familles monoparentales et recomposées de la Chaudière (AFMRC)

L'organisme **Inform'elle** offre un service d'information juridique gratuit par téléphone sur le droit de la famille.

Pour plus d'informations, composez le **450-443-3442** ou numérisez le code QR :

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



Inform'elle

Consommateurs avertis



Au Québec, les gens prennent des décisions d'achat réfléchies et informées. Être un consommateur averti, c'est comprendre ses droits, savoir choisir des produits qui respectent l'environnement et être au courant des pratiques des entreprises. C'est aussi l'adoption de comportements responsables pour éviter les arnaques et les mauvaises surprises.

La Loi sur la protection du consommateur régit notamment les transactions entre les consommateurs et les commerçants. Par exemple, les vendeurs d'automobiles ou de meubles, les institutions financières et les fournisseurs de services de téléphonie ont différentes obligations envers les consommateurs.

L'Office de la protection du consommateur est un organisme du gouvernement du Québec. Il s'assure que les commerçants respectent entre autres cette loi. L'Office aide le consommateur à faire des choix éclairés pour prévenir les problèmes et, au besoin, il l'informe de ses droits et recours.

Numériser le code QR pour en savoir davantage sur :



**Office de la protection
du consommateur**
1-888-672-2556

Saviez-vous que...

L'Association coopérative d'économie familiale (ACEF) offre gratuitement des services de consultation individuelle en lien avec le budget et la défense des droits ainsi que des activités d'éducation populaire. Cette association sans but lucratif est vouée à la défense et à la promotion des droits des consommateurs, des personnes assistées sociales et des locataires.



Numériser le code QR pour en savoir davantage sur :



ACEF
1-888-338-4755



Concernant la garde des enfants et la protection de l'enfance

Protéger les enfants est très important. Comme parents, vous êtes les premiers responsables d'assurer la protection de votre enfant. Au Québec, la protection des enfants est aussi vue comme la responsabilité de tous : le gouvernement, les familles, les écoles et les communautés.

Loi sur la protection de la jeunesse (LPJ)



La loi sur la protection de la jeunesse vise à protéger les enfants et les adolescents de moins de 18 ans lorsqu'ils ne sont pas en sécurité ou lorsque leur développement est compromis. Elle permet aux autorités du Directeur de la Protection de la Jeunesse (DPJ) de prendre des mesures exceptionnelles pour assurer leur sécurité, leur bien-être et leur développement.

Principaux points de la loi :

1

Intérêt de l'enfant :

Toutes les décisions doivent être prises dans l'intérêt de l'enfant et dans le respect de ses droits. L'enfant a le droit d'être entendu et de participer aux décisions qui le concernent.

2

Évaluation des situations : L'évaluation permet de déterminer si la sécurité ou le développement de l'enfant est compromis ou non.

3

Mesures de protection :

Si la sécurité ou le développement de l'enfant est compromis, des mesures de protection peuvent être prises.

L'objectif principal de la **Loi sur la protection de la jeunesse** est de favoriser un environnement sain et sécuritaire pour les jeunes.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



Loi sur la protection de la jeunesse



Directeur de la protection de la jeunesse (DPJ)

Le DPJ s'occupe d'appliquer la Loi de la protection de la jeunesse. Il est entouré d'une équipe d'intervenants qui l'aide à évaluer la situation des enfants qui peuvent avoir besoin de protection et à prendre les décisions les concernant.

Certaines situations obligent le DPJ à intervenir pour protéger un enfant. C'est le cas lorsque la sécurité ou le développement de l'enfant est compromis. Cela veut dire que le DPJ intervient principalement dans les situations où l'enfant est :

- Abandonné
- Victime de négligence
- Victime de mauvais traitements psychologiques
- Exposé à la violence conjugale
- Victime d'abus sexuels incluant l'exploitation sexuelle
- Victime d'abus physiques
- Aux prises avec des troubles de comportement sérieux
- Exposé à un risque sérieux d'être victime de négligence, d'abus sexuels ou d'abus physiques



Numérisez le code QR pour signaler une situation inquiétante ou en savoir davantage sur :



**Directeur de
la protection
de la jeunesse (DPJ)**
1-800-461-9331



Enfant seul à la maison

À partir de quel âge un enfant peut-il rester seul à la maison au Québec ?

Même s'il n'y a pas d'âge officiel dans la loi, tous les parents doivent tenir compte du contexte et du niveau de maturité de leur enfant avant de décider de le laisser sans supervision. Voici quelques éléments pour vous aider.

Âges approximatifs



Avant 10 ans

Le Conseil canadien de la sécurité recommande de ne jamais laisser un enfant de moins de 10 ans seul. Une personne responsable et compétente devrait toujours superviser l'enfant.

12 ans et plus

En général, un enfant mature de 12 ans, et plus, peut se garder seul à la maison pendant quelques heures et/ou garder d'autres enfants. Pour aider l'enfant à se sentir prêt et en sécurité pour cette nouvelle étape, la formation de *Gardiens avertis* se donne une fois par année dans plusieurs municipalités des Etchemins.

Entre 10 et 12 ans

En général, un enfant âgé de 10 à 12 ans peut se garder seul à la maison pour une courte période de temps s'il est assez mature et encadré à distance par un adulte. Par exemple, cela veut dire que l'enfant doit être capable de rejoindre facilement son parent ou un adulte de confiance en cas d'urgence. Il ne peut pas être responsable d'autres enfants pendant ce temps.

Pour aider l'enfant à se sentir prêt et en sécurité pour cette nouvelle étape, la formation *Prêts à rester seul à la maison* se donne une fois par année dans plusieurs municipalités des Etchemins.

Recommandations



Peu importe l'âge de l'enfant, il est important de tenir compte de certains éléments pour savoir s'il est sécuritaire ou non de laisser votre enfant seul :

- La personnalité de l'enfant :
 - Est-ce que mon enfant est mature et responsable ?
 - Est-ce qu'il est peureux et immature ?
- L'environnement dans lequel il est laissé sans supervision :
 - Est-ce qu'il y a des personnes proches et disponibles comme des voisins ?
 - Est-ce que la maison est isolée dans le bois ?
 - Est-ce que l'enfant sait comment communiquer avec vous ?
- Le moment et la durée de votre absence :
 - Est-ce pour une courte absence de 10 minutes ou pour plusieurs heures ?
 - Est-ce le jour ou le soir ?

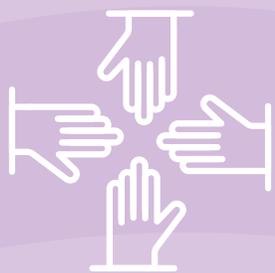
Ces recommandations existent pour assurer la sécurité des enfants. Si vous devez quitter et que vous jugez que votre enfant ne peut pas rester seul à la maison, assurez-vous de le laisser avec une personne de confiance.

Pour plus d'information, la page du site *Naitre et grandir* en numérisant le code QR :



**Laisser un enfant
seul à la maison**

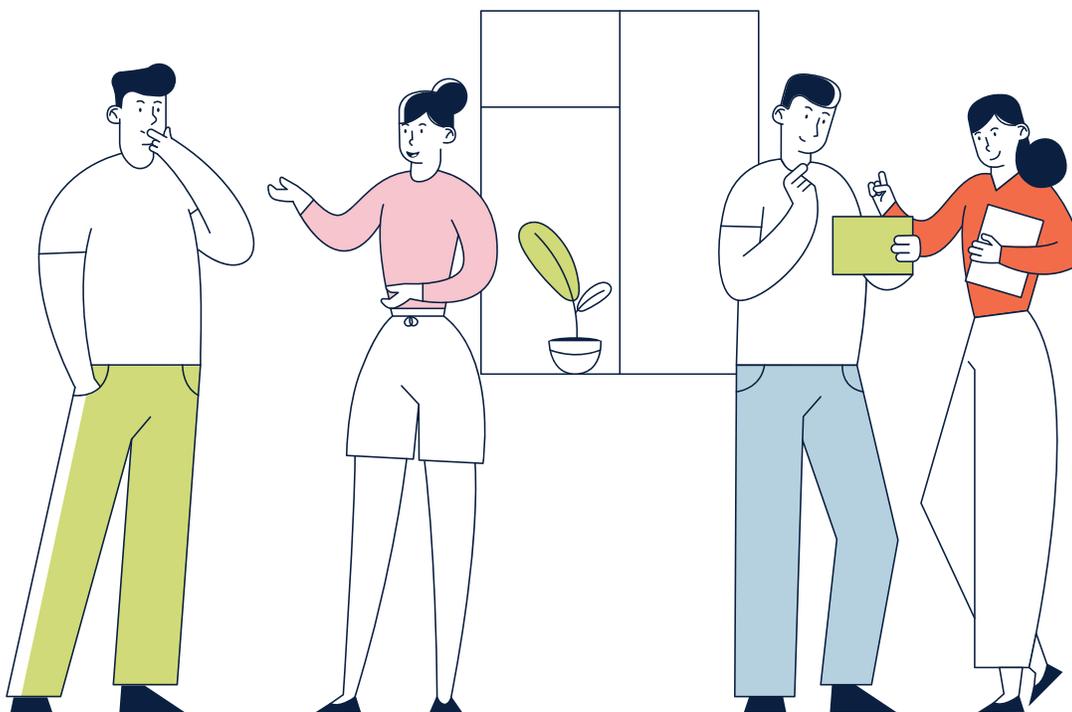




Services communautaires

Les services communautaires contribuent à renforcer le tissu social, à améliorer la qualité de vie des citoyens et à favoriser le développement économique local. Ils créent des espaces de rencontre et d'échange. Ils permettent aux citoyens de se rassembler, de partager leurs expériences et de développer des liens d'entraide. Cela renforce le sentiment d'appartenance à la communauté et favorise la solidarité.

Plusieurs organismes communautaires offrent des services et des activités dans Les Etchemins. Voici quelques organismes dont vous pourriez avoir besoin à votre arrivée et qui peuvent vous référer vers d'autres ressources si nécessaire.





Alimentation



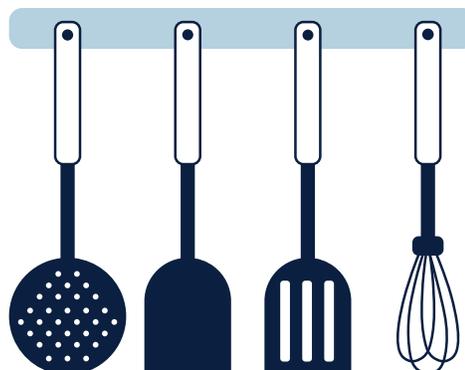
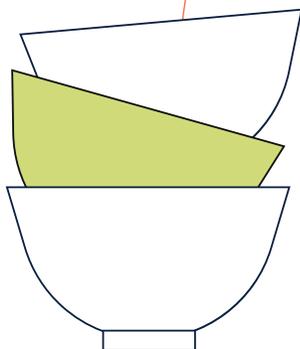
L'Essentiel des Etchemins

L'Essentiel des Etchemins a pour mission de réduire les effets de la pauvreté pour les personnes à faible revenu vivant dans Les Etchemins. Ils cherchent aussi à favoriser l'autonomie alimentaire et l'inclusion sociale. Ils offrent le dépannage alimentaire (critères d'admission applicables), une friperie et des ateliers de cuisine collective.

* Les citoyens de Saint-Prosper sont invités à utiliser l'aide alimentaire local en priorité (Premiers Secours 581-573-8630)

** Dans un contexte d'**immigration**, l'analyse initiale doit obligatoirement passer par les agent(e)s d'accueil en immigration du CJE Etchemins (418-625-2533)

Pour plus d'informations, composez le **418-625-4112** ou numérisez le code QR :





Famille



Parentaïme Maison de la Famille des Etchemins

Parentaïme Maison de la Famille des Etchemins offre plusieurs services et activités pour soutenir les parents dans l'exercice de leurs fonctions parentales et aider les enfants dans leur développement optimal.

Pour plus d'informations, composez le **418-625-2223** ou numérisez le code QR :





Intégration



CJE Etchemins

Le CJE Etchemins offre des services visant l'intégration sociale et à l'emploi. Ils s'occupent aussi de l'accueil et de l'intégration des personnes immigrantes sur le territoire des Etchemins.

Pour plus d'informations, composez le **418-625-2533**
ou numérisez le code QR :



Nouvel Essor

Nouvel Essor soutient les personnes handicapées ainsi que leur famille. Ils offrent des activités de loisirs et du répit. L'organisme offre aussi des services pour les personnes âgées et les proches aidants.

Pour plus d'informations, composez le **418-383-5252**
ou numérisez le code QR :





Violence domestique

La violence domestique se différencie principalement des « chicanes de couple » par le fait qu'il y a un déséquilibre dans la répartition du pouvoir entre les partenaires. Lorsqu'il y a de la violence conjugale, les épisodes de violence sont répétés et un des partenaires prend le contrôle de l'autre.

La partenaire ou le partenaire qui domine peut, par exemple :

- Manquer de respect à l'autre (l'insulter, le rabaisser, etc.)
- Empêcher l'autre d'aller à certains endroits ou de faire des activités (voir des amis ou amies, aller au restaurant, etc.)
- Forcer l'autre à faire des choses dont il n'a pas envie (porter un certain type de vêtement, ne plus fréquenter son entourage, avoir des relations sexuelles, etc.)

La violence conjugale n'a pas de frontière. Ainsi, elle peut :

- Être présente dans tous les types de relations de couple, amoureuses ou intimes (hétérosexuelle, homosexuelle, polyamour, mixte, fréquentation, etc.)
- Persister même lorsque les partenaires se séparent
- Survenir à n'importe quel âge

La violence conjugale comprend différentes formes de violence (psychologique, verbale, économique, physique, sexuelle) et peut se manifester sous plus d'une forme à la fois.

Si vous vous reconnaissez dans certaines situations, il y a plusieurs organismes qui peuvent vous aider. Leurs services sont gratuits et confidentiels.

Havre l'Éclaircie

Le Havre l'Éclaircie a pour mission d'offrir un milieu de vie sécurisant et chaleureux pour les femmes victimes de violence conjugale et leurs enfants ainsi qu'une gamme de services adaptés et confidentiels pour les accompagner dans la reprise du pouvoir sur leur vie.

Pour plus d'informations, composez le **1-800-709-1025** ou numérisez le code QR :



CAVAC

Le Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) dispense des services de première ligne à toute personne victime d'un acte criminel et à ses proches, ainsi qu'aux témoins d'un acte criminel.

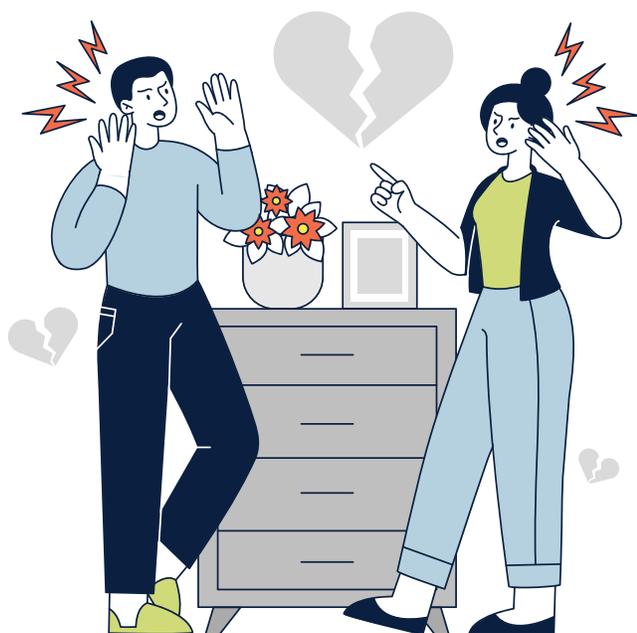
Pour plus d'informations, composez le **1-800-532-2822** ou numérisez le code QR :



CALACS

Le Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel (CALACS) Chaudière-Appalaches est une ressource qui a pour principal mandat d'offrir des services spécialisés aux victimes d'agression sexuelle ainsi qu'à leurs proches.

Pour plus d'informations, composez le **1-800-363-9010** ou numérisez le code QR :



SOS violence conjugale

SOS violence conjugale offre des services d'accueil, d'information, de sensibilisation et de référence. Les services directs sont offerts aux victimes de violence conjugale (actuelle ou passée), aux victimes de violence post-séparation ainsi qu'à leurs proches. Ils sont accessibles via une ligne téléphonique de référence disponible 24/7, ainsi que par courriel, clavardage et texto.

Pour plus d'informations, composez le **1-800-363-9010** ou numérisez le code QR :





Autres organismes dans les Etchemins

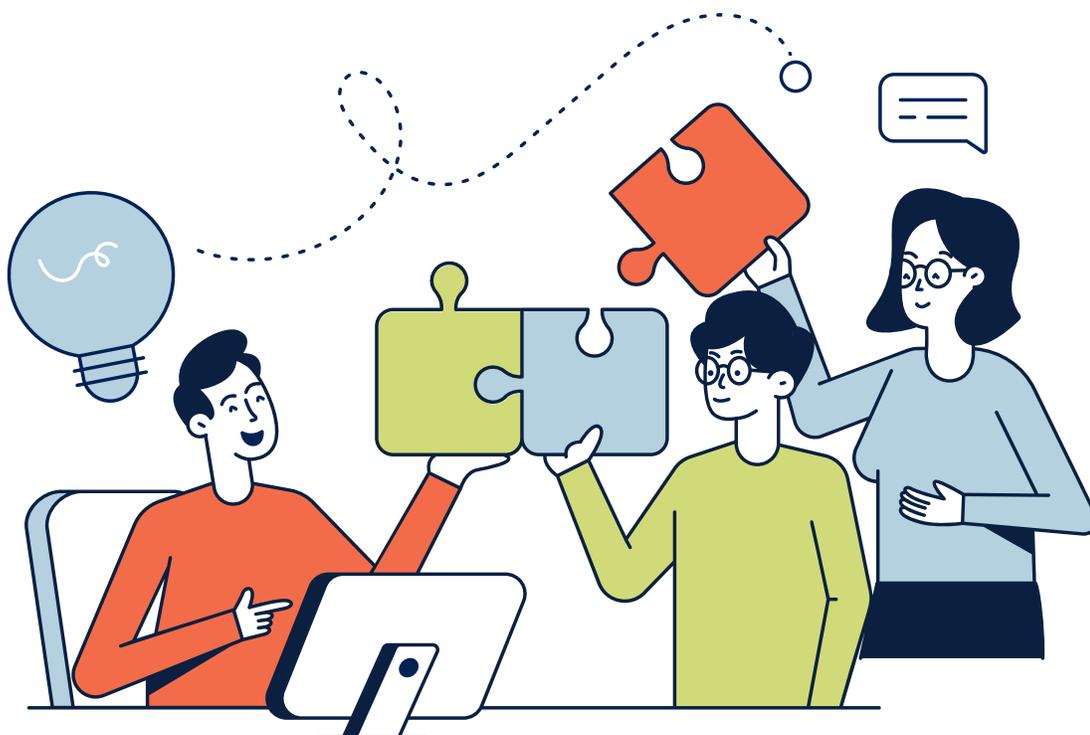
Le site Internet **La Station** permet de consulter le répertoire complet des organismes œuvrant sur le territoire de la MRC des Etchemins. Pour connaître tous les services disponibles sur le territoire, numérisez le code QR :



Composez le **2-1-1** pour découvrir les programmes et services sociaux de proximité ou numérisez le code QR :



2-1-1





Météo

Les 4 saisons

Au Québec, la température varie beaucoup d'une saison à l'autre. Voici un petit aperçu des 4 saisons :

Printemps (mars, avril, mai)



Le printemps marque le début de la fonte de la neige et l'apparition des bourgeons. Les températures augmentent progressivement au-dessus de 0° Celsius et le temps d'ensoleillement allonge. Les oiseaux migrateurs reviennent petit à petit. L'eau d'érable est abondante, c'est la période des cabanes à sucre.

Les cabanes à sucre font partie des traditions du Québec. C'est un moment familial et amical où tout le monde se retrouve afin de profiter du trésor de notre pays : le sirop d'érable.

Toutefois attention, le printemps n'est pas toujours synonyme des prémices de l'été. Les chutes de neige ne sont pas rares durant le mois d'avril !

Été (juin, juillet août)



L'été au Québec est synonyme de festivals et de randonnées. Les Québécois en profitent pour sortir durant les journées chaudes et apprécient la nature verdoyante dans la province. Les écoles sont fermées pour les vacances scolaires qui débutent normalement en juin et se terminent en août.

Beaucoup vont faire des activités aquatiques sur les nombreux lacs des Etchemins.

Les températures en été sont assez élevées, pouvant dépasser les 35° Celsius. Également, notez qu'en plein milieu de l'été, l'air peut être humide et lourd.

Dans Les Etchemins, nous avons une quarantaine de lacs pour vous rafraîchir.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



**Registre
des lacs**

Dans notre MRC, nous avons une belle variété de parcs naturels.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



Carte
des parcs

Automne (septembre, octobre, novembre)



L'automne est une saison très appréciée par les habitants. Les températures ne sont ni trop élevées ni trop basses, le soleil est encore bien présent, permettant de profiter de l'extérieur encore un peu.

Les couleurs des feuilles des érables et bouleaux sont éblouissantes et nous plongent dans un décor magnifique.

Vous pouvez profiter de ce paysage en vous rendant dans les multiples parcs afin de voir la faune et la flore une dernière fois avant l'hiver.

Hiver (décembre, janvier, février)



L'hiver au Québec peut sembler être une longue période. Souvent rudes, les températures peuvent avoisiner les -40° Celsius. Rassurez-vous, il s'agit là des températures les plus extrêmes, qui sont plus rarement observées dans le sud du Québec.

La neige est abondante, surtout dans une région montagneuse comme Les Etchemins. Cet enneigement exceptionnel apporte de la diversité dans les activités à faire au Québec, comme la raquette, la motoneige, le ski de fond et alpin, etc.

Vous pouvez ainsi profiter des paysages incroyables comme des lacs glacés, des montagnes enneigées ou plus simplement apprécier un feu de cheminée au cœur d'un chalet.

Saviez-vous que...

Le froid fait dépenser plus de calories à notre organisme. Durant l'hiver, il est donc important de bien se nourrir afin d'éviter les baisses d'énergies et la fatigue.





Les prévisions météo

Étant donné que la région connaît d'importantes variations de température, il est important de se référer souvent aux bulletins météo.

Ceux-ci sont mis à jour presque toutes les heures et sont diffusés à la télévision (chaîne MétéoMédia et bulletin de nouvelles), à la radio, par téléphone en composant le **1-833-586-3836** ou en numérisant le code QR :

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



Bulletins météo

Voici quelques raisons pour lesquelles il est important de connaître la météo :

- **Planification des activités :** Savoir quel temps il fera, aide à organiser des sorties, des événements ou des voyages.
- **Sécurité :** Connaître les prévisions météo permet de se préparer aux conditions extrêmes comme les tempêtes, les inondations ou les vagues de chaleur. Cela aide à prendre des précautions et à éviter des dangers.
- **Vêtements appropriés :** En consultant les bulletins météo, on peut choisir les vêtements adaptés à la température et aux conditions comme un parapluie pour la pluie ou des vêtements légers pour la chaleur.





THERMOMÈTRE VESTIMENTAIRE



Saviez-vous que...

Les enfants dans les cours d'école passent toutes les récréations à jouer dehors. Il est important de les habiller convenablement, selon la température extérieure. Des vêtements de rechange adaptés pourraient être nécessaires.



Lexique météo pour s'y retrouver

Maximum

Indique la température la plus élevée pour la journée (habituellement atteinte le jour).

Minimum

Indique la température la plus basse pour la journée (habituellement atteinte la nuit).

Température ressentie

C'est la température que perçoit notre corps, influencée par le vent, l'humidité et le rayonnement solaire.

Probabilités de précipitations (p.d.p.)

Indique la probabilité qu'il pleuve ou qu'il neige dans une région.

- 30 % : averses très localisées et de courte durée.
- 40 % : averses dispersées.
- 70 % : averses qui touchent une zone plus étendue et durent plus longtemps.
- Plus de 70 % : averses qui touchent une zone plus étendue et durent plus longtemps.

Humidité

Indique le taux d'humidité dans l'air. Quand le temps est très humide en hiver, on ressent le froid plus intensément. En été, la chaleur est plus intense aussi.

Vitesse du vent

On donne souvent deux valeurs, soit la vitesse moyenne du vent et la vitesse des rafales.

Quantité de pluie

Indique la hauteur de pluie en millimètres (mm), tombée au sol.

Quantité de neige

Indique la hauteur de neige en centimètres (cm), tombée au sol.

Lever et coucher du soleil

Indique l'heure à laquelle le soleil franchit l'horizon le matin et le soir. Les jours sont plus longs en été et plus courts en hiver.

Qualité de l'air

Indique la quantité de polluants présents dans l'air d'une région. Le chiffre est accompagné d'une cote : bon, acceptable ou mauvais.

Indice UV

Mesure l'intensité du rayonnement ultraviolet (UV) émis par le soleil et le risque qu'il représente pour la santé (coup de soleil, cancer de la peau, etc.). Le chiffre est accompagné d'une cote : bas, modéré, élevé, très élevé, extrême. La neige, le sable et l'eau réfléchissent les rayons UV et augmentent l'exposition de la peau à ces rayons. Il faut donc se protéger en conséquence (chapeau, crème solaire, manches longues, exposition réduite entre 11 h et 14 h).





Particularités hivernales

Voici quelques éléments clés de l'hiver québécois :

Températures froides

Les températures peuvent descendre très bas, souvent entre -10°C et -30°C . Il faut bien s'habiller avec des vêtements chauds comme des manteaux, des gants et des tuques.

Neige

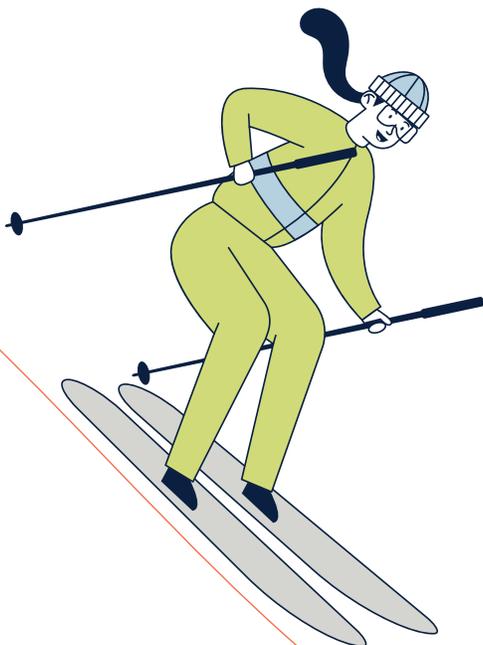
Les Etchemins reçoivent beaucoup de neige, parfois jusqu'à 3 mètres pendant l'hiver.

Activités

L'hiver est une période idéale pour pratiquer des sports. Les gens aiment faire du ski, de la raquette, du patin à glace, et même des bonhommes de neige. Dans votre municipalité, vous trouverez un grand nombre d'activités hivernales.

Lumières et chaleur

Malgré le froid, les maisons sont souvent décorées avec des lumières et il y a des feux de cheminée pour se réchauffer. Les soirées d'hiver peuvent être très chaleureuses et conviviales.



L'hiver au Québec est une période unique, pleine de joie et d'activités en plein air, malgré le froid !



L'habillement

Bien s'habiller en hiver est essentiel pour la santé et le confort. C'est une manière de s'adapter aux conditions climatiques tout en restant actif et en bonne forme.

Protection contre le froid

Les températures basses peuvent causer des problèmes de santé comme l'hypothermie ou les engelures. S'habiller correctement aide à conserver la chaleur corporelle.

Confort

Des vêtements appropriés et de bonnes tailles permettent de rester à l'aise, que ce soit pour des activités extérieures ou des trajets quotidiens. Être bien habillé contribue à une meilleure expérience en hiver.

Prévention des maladies

Comme le froid affecte le système immunitaire, un bon vêtement adapté aide à prévenir les maladies liées au froid comme les rhumes et autres infections.

Mobilité

Les vêtements adaptés permettent une meilleure liberté de mouvement, surtout si l'on doit se déplacer sur la neige ou la glace.

Praticité

Les vêtements d'hiver comme les manteaux imperméables et les bottes sont souvent conçus pour faire face aux intempéries, ce qui les rend non seulement chauds, mais aussi fonctionnels. Plusieurs couches de vêtements permettent d'en enlever ou d'en ajouter pour un confort maximum.



Conditions routières

Les conditions routières peuvent changer rapidement, surtout en hiver. Prévoyez vos déplacements en consultant les prévisions météorologiques.

En consultant le site du ministère des Transport et de la Mobilité durable du gouvernement du Québec, vous pouvez aussi connaître les conditions routières ainsi que les entraves causées par des travaux ou des accidents. Composez le **5-1-1** ou numérisez le code QR :

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



**Ministère des
Transport et de la
Mobilité durable**
5-1-1



Déneigement

L'aspect sécurité routière vient tout de suite en tête lorsqu'on aborde la question du déneigement de son véhicule. Il est ainsi primordial de dégager toutes les fenêtres et le toit.

Négligé, le déneigement pourrait aussi vous mériter une amende. Afin de déneiger efficacement à l'aide d'un balai à neige, débutez par le toit et terminez par les côtés du véhicule. Pour les fenêtres glacées, le grattoir accélérera le processus. Cependant, il faut à tout prix éviter de gratter la carrosserie avec cet outil.



Entretien extérieur de son entrée

Il est important de garder l'entrée de son logement déneigée et déglacée afin de ne pas avoir de mauvaises surprises en cas d'urgence.

Il faut donc être équipé au minimum d'une pelle et de sel et/ou de sable pour éviter de glisser. Le sel reste efficace jusqu'à -10° Celsius pour faire fondre la glace alors que le sable reste un antidérapant sous toutes les températures.

Si vous avez un garage de toile (abri TEMPO), pensez à le déneiger pour éviter qu'il ne s'écrase sous le poids de la neige et abîme votre voiture.



Stationnement

Vous devez éviter de vous stationner dans les rues du 1er novembre au 15 avril entre 23h et 7h du matin pour permettre aux équipes de déneigement de bien effectuer leur travail.

Consultez les informations de votre municipalité pour plus de détails.



Fermeture d'écoles et de services de garde scolaire en cas de tempête

Il arrive que des tempêtes hivernales ou de la pluie verglaçante obligent le Centre de services scolaire à suspendre des cours ou à fermer un ou plusieurs établissements.

La suspension des cours ou la fermeture des établissements est annoncée au plus tard à 6h30 sur le site Internet et sur la page Facebook du Centre de services scolaire de la Beauce-Etchemin. L'information est aussi diffusée par les médias. La journée est reprise à l'intérieur des journées ciblées dans le calendrier scolaire.

Vous pouvez vous abonner à l'infolettre « **Alerte tempête** » pour être informé par courriel chaque fois que le Centre de services scolaire de la Beauce-Etchemin (CSSBE) suspend les activités ou ferme des établissements.

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



**Alerte
tempête**





Conduire une voiture en hiver

En hiver, les conducteurs doivent adapter leur conduite aux conditions météorologiques et routières. Selon le Code de la sécurité routière, le conducteur doit diminuer sa vitesse lorsque la visibilité est réduite à cause de l'obscurité, du brouillard, de la pluie, de la neige ou du verglas, ainsi que lorsque la chaussée est glissante ou qu'elle n'est pas entièrement dégagée. N'oubliez pas de regarder la météo avant de partir.

Du 1^{er} décembre au 15 mars, votre véhicule doit être muni de 4 pneus d'hiver conformes et en bon état. Dans Les Etchemins, il serait préférable de faire installer vos pneus d'hiver avant le 1^{er} décembre et de les garder sur votre véhicule après le 15 mars. Il y a encore parfois des précipitations de neige jusqu'à la fin du mois d'avril.

Il est recommandé de vérifier les points suivants :

- Fonctionnement des essuie-glaces
- Système de chauffage et de dégivrage
- Niveau de lave-glace
- Batterie et alternateur

Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



**Conduite
hivernale**

Numérisez le code QR pour les visionner les capsules vidéo du site Internet de la SAAQ :



**Capsules vidéo
sur la conduite
hivernale**

Astuces



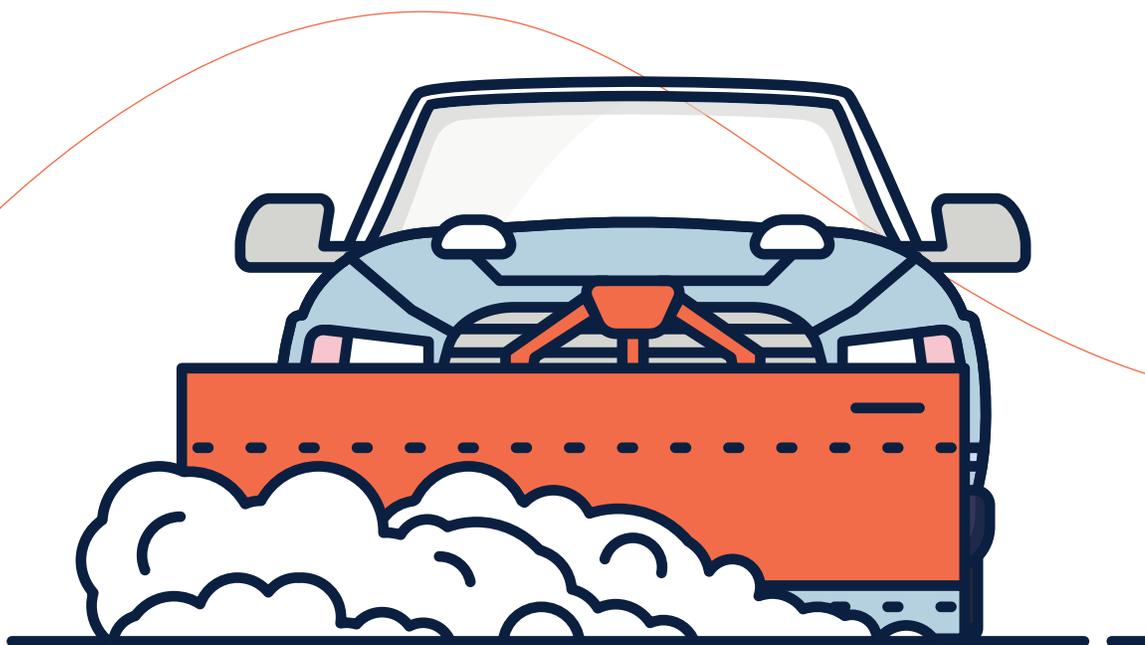
Gardez une trousse d'hiver en tout temps dans la voiture :

- Balai à neige et grattoir
- Pelle
- Lave-glace d'hiver qui ne gèle pas
- Grappin (« Traction aid »)
- Câble de survoltage (Câble à « booster »)

Diminuez votre vitesse et gardez une distance de freinage sécuritaire avec la voiture devant. Même s'il fait beau, méfiez-vous de la glace noire qui est une mince couche de glace invisible et glissante sur la chaussée.

Saviez-vous que...

Assurez-vous d'avoir toujours un minimum d'essence dans le réservoir de votre voiture pour éviter les mauvaises surprises et les pannes d'essence.





Français

Le français est la langue officielle au Québec et elle est importante pour plusieurs raisons :

Identité culturelle

Le français est une grande partie de l'identité québécoise. Il reflète l'histoire et les traditions des Québécois.

Éducation

Les écoles au Québec enseignent principalement en français, ce qui aide à préserver la langue pour les générations futures.

Économie

La plupart des entreprises au Québec utilisent le français pour communiquer avec leurs clients, ce qui est essentiel pour le commerce.

Loi 101 : Cette loi protège et fait la promotion du français. Elle oblige les entreprises à afficher en français et favorise l'accès à l'éducation en français.

Dans les Etchemins, le français est la langue principale utilisée par la population. Il est donc essentiel de parler français pour pouvoir s'intégrer à la communauté, travailler, aller à l'école, etc.

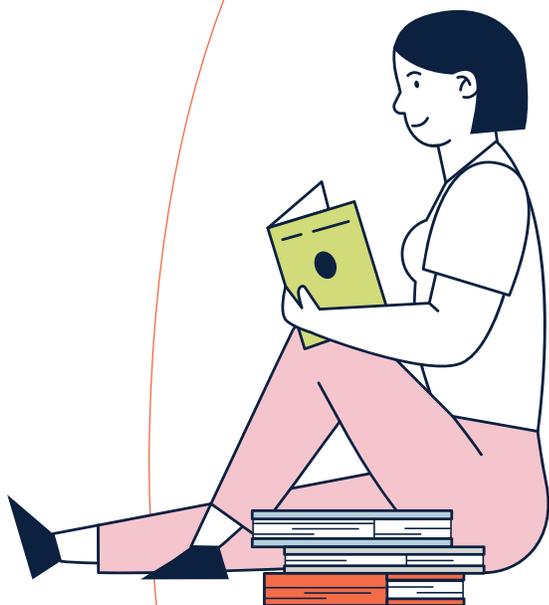
Pour vous aider à apprendre le français, vous pouvez:

- Écouter la télévision ou la radio en français.
- Lire en français. Vous pouvez emprunter des livres gratuitement dans les bibliothèques.
- Participer aux activités offertes par les organismes communautaires et les municipalités.
- Faire du bénévolat dans les organismes communautaires et les municipalités.
- Télécharger des applications d'apprentissage sur votre téléphone.

L'**application Mauril** vous permet d'entendre des formulations et expressions courantes et de vous familiariser avec la façon de parler des francophones du Québec.



Pour pratiquer et améliorer votre français, vous pouvez contacter le **Groupe Alpha des Etchemins** en composant le **418-625-2550** ou en numérisant le code QR :



Numérisez le code QR pour en savoir davantage sur :



Francisation



Outils de traduction

DEEPL

Ce site Internet vous permet de traduire les textes en différentes langues. DEEPL est aussi disponible sous forme d'application pour les téléphones.

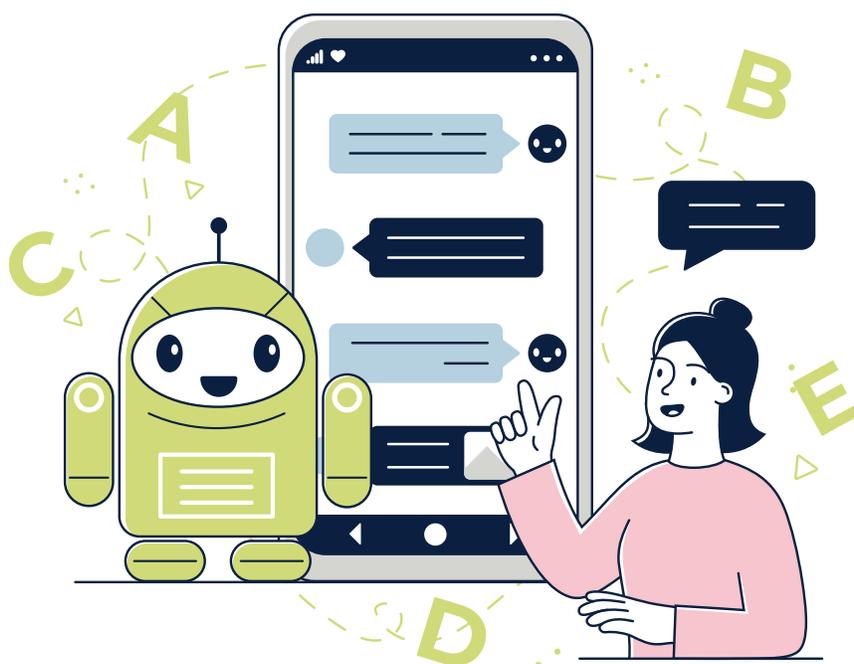
Numérisez le code QR pour accéder à l'outil numérique :



Traducteur parlant

Grâce à cette application pour téléphone intelligent, vous pouvez traduire vos paroles et celles de votre interlocuteur en direct.

Numérisez le code QR pour accéder à une plateforme de téléchargement :





Lexique québécois pratique

(Référence: jeparsaucanada.com)

Basiques



Allo	salut, hello !
Bon matin	bonjour
Bienvenue	de rien, il n'y a pas de quoi
Correct (prononcé « correc »)	ça va, tout va bien
Fin de semaine	week-end
À tantôt	à bientôt, à plus tard
Icitte	ici
Faque (ça fait que)	alors, donc
À date	jusqu'à maintenant

Vêtements



Bas	chaussettes
Chandail	gilet ou pull
Mitaines	moufle
Tuque	bonnet
Running	chaussures de sport
Bobettes	sous-vêtements, culottes
Claques	protections de chaussure en caoutchouc
Coton ouaté	sweat-shirt
Gougounes	sandaes de plage
Lousse	trop grand

Au quotidien

24

Déjeuner	petit-déjeuner
Dîner	déjeuner
Souper	dîner
Breuvage	boisson
Demander la facture	demander l'addition
Faire l'épicerie	faire les courses (nourriture)
Le dépanneur	l'épicier du coin
Char	voiture
Gaz	essence
Magasiner	faire les magasins
Full	beaucoup, plein
Pogner	attraper
Laveuse	machine à laver
Sécheuse	sèche-linge
Hydro	électricité
Frette	froid
Ploguer	brancher un appareil
Lumière	feu de circulation
Bicycle	vélo
Céduler	planifier
Cellulaire	téléphone portable

Quelques blasphèmes



- Tabarnak
- Câlîce
- Crisse
- Ostie
- Maudit
- Sacrament
- Ciboire

Les mots « mâchés »



- Le « il » se transforme en « y ».
Exemple : Y fait ben frette !
- Le « je suis » se transforme en « chu ».
Exemple : Chu parti !
- Le « et puis » se transforme en « pis ».
- Le « bien » se transforme en « ben ».

Relations humaines



Blonde	petite copine
Chum	petit copain (peut aussi se dire d'un très bon ami)
Bec	bisou
Chicane	dispute
Joke	blague
Un party (prononcer « parté »)	une fête
Jaser	parler, discuter
Cliquer	bien s'entendre avec une personne
Frencher	embrasser sur la bouche (Plus précisément avec la langue !)
Catcher	comprendre
Niaiser	se moquer
Crouser	draguer
Choquer	offenser, fâcher
Être crampé	rire aux éclats
Péter une coche	s'énerver, se fâcher fortement
Être accoté	vivre ensemble

Argent



Piastre (prononcer « piasse »)	dollar
Du change	de la monnaie
Dispendieux	cher
Payer cash ou payer en argent comptant	payer en liquide

Exemples de mots à ne pas confondre



Gosses	testicules (à retenir pour éviter les malentendus !)
Catin	poupée
Écœurant	incroyable
Fin	gentil

Expressions diverses



Mets-en	tu parles !
Pantoute	rien, pas du tout
Checker	surveiller, vérifier
Dealer avec une situation	accepter, vivre avec
Avoir de la misère	avoir du mal
Être brûlé	être fatigué
Prendre une chance	prendre un risque
Prendre une marche	aller se balader
Avoir du fun	s'amuser
C'est plate	c'est ennuyant, c'est dommage
Être tanné	en avoir marre
Barrer une porte	Fermer une porte à clé

Particularités du langage québécois



- N'essayez pas de trouver un sens particulier ou de définir qui a raison ou tort dans l'utilisation de ces mots, qui a un accent ou pas. Vous risquez surtout de vous mettre les Québécois à dos. Prenez la langue comme elle est, c'est le meilleur moyen pour rencontrer des gens et vous imprégner de cette culture.
- Le québécois n'est pas un français déformé, mais plutôt un français historique se rapprochant de celui parlé en France au 17^e siècle.
- Le tutoiement est très fréquent au Québec, donc ne le prenez pas pour un manque de respect si un inconnu l'utilise avec vous.

Le fameux double « tu »



Celui-ci est particulièrement périlleux et, avouons-le, incompréhensible pour les nouveaux arrivants. Les exemples :

- Ça se peut-tu ?
- Tu penses-tu ?
- Il vient-tu ?
- On y va-tu ?

Ici le « tu » est en fait utilisé pour poser une question. Il ne désigne pas forcément la deuxième personne du singulier.

Numériser le code QR pour un lexique plus complet sur :



**Lexique des
mots québécois**



Plainte et recours

Saviez-vous que...

La communication est la base du bon voisinage. Certains comportements de votre voisin vous dérangent ? N'attendez pas que la situation dégénère et allez en discuter calmement avec lui. Vous prévoyez de faire du bruit ? Informez vos voisins. Si vous pensez avoir dérangé le voisinage à l'occasion d'un événement imprévu, allez simplement vous expliquer ou vous excuser.



Centre d'urgence 9-1-1

(Transmet l'appel au service
d'urgence approprié)
Tél : 9-1-1



Sûreté du Québec - Poste de la MRC des Etchemins

(Maintien de la paix, de l'ordre et
de la sécurité publique)
1139, route 277
Lac-Etchemin, (Québec)
GOR 1S0
Tél : 418-625-2901



CNESST

(Commission des Normes de l'Équité
de la Santé et de la Sécurité du Travail)

425, rue du Pont

Québec (Québec)

G1K 7S6

Tél : 1-844-838-0808



Tribunal administratif du logement

(Juge les litiges entre les
locataires et locateurs)

900, boulevard René-Lévesque Est,
bureau RC-120

Québec (Québec)

G1R 2B5

Tél : 1-800-683-2245



Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes - Chaudière-Appalaches (CAAP-CA)

(Plainte pour un événement dans
le réseau de la santé)

167, rue Notre-Dame Nord

Sainte-Marie (Québec)

G6E 2K5

Tél : 418-387-8414



Office de la protection du consommateur

(Défense des intérêts des
consommateurs)

400, boulevard Jean-Lesage,

bureau 450

Québec (Québec)

G1K 8W4

Tél : 1-888-672-2556



Centre des travailleurs et travailleuses immigrants

(Aide avec le droit du travail)
4755, avenue Van Horne, bureau 110
Montréal (Québec)
H3W 1H8
Tél : 514-342-2111



Emploi et Développement social Canada

(Signaler un abus des
travailleurs étrangers)
Tél : 1-866-602-9448



Réseau d'aide aux travailleuses et travailleurs migrants agricoles du Québec (RATTMAQ)

(Défense des droits et des intérêts
des travailleurs agricoles)
840, rue Notre-Dame
Saint-Rémi (Québec)
J0L 2L0
Tél : 581-849-7941



L'association coopérative d'économie familiale - Appalaches, Beauce - Etchemins (ACEF)

(Défense des droits des
consommateurs, des locataires
et des prestataires d'aide sociale)
1176, rue Notre-Dame Est
Thetford Mines (Québec)
G6G 2T8
Tél : 418-338-4755





Immigration

CJE Etchemins

(Service d'aide à l'intégration et l'établissement)
1554-2, route 277
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-2533



CERDA

Outils en ligne regroupant des informations spécifiquement destinées aux personnes réfugiées et en demande d'asile, ainsi qu'aux personnes qui les accompagnent.



MRC des Etchemins

(Outils en ligne pour vous aider dans vos démarches)
223, 2^e Avenue
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél : 418-625-9000



Accompagnement Québec

Service gratuit et personnalisé pour faciliter son intégration à la société québécoise.



Jeu-questionnaire

En tant que personne nouvellement arrivée au Québec, quels sont vos droits en matière d'aide sociale, de logement, de divorce, de garde d'enfants et d'autres questions juridiques ?

Testez et approfondissez vos connaissances sur ces sujets à l'aide de ce jeu-questionnaire.





Ce guide d'accueil peut contenir des données appartenant à des tiers ainsi que des liens vers des sites Internet exploités par des tiers sur lesquels la MRC des Etchemins n'a aucun contrôle, pas plus qu'elle ne fait de déclaration quant à l'exactitude et l'exhaustivité de l'information contenue dans cet ouvrage. La MRC des Etchemins se dégage de toute responsabilité quant aux services rendus par les adresses et références contenues dans ce guide d'accueil.

Loin de ce conflit,
loin de mon pays

J'échelonne
vers le bonheur

Non sans crainte,
non sans peur

Je m'en vais faire
à nouveau mon nid

Noémie Lantagne

