



Gouvernement
du Canada

Government
of Canada

English version on back

DES SERVICES *POUR VOUS*
Édition **NOUVELLE-ÉCOSSE**



SANTÉ

La priorité

INTERNET

Des ressources pour les travaux scolaires, le magasinage et les affaires

L'ÉDUCATION, C'EST UN INVESTISSEMENT

Subvention canadienne pour l'épargne-études

RÉDUCTIONS D'IMPÔT

Il vous revient combien

POUR PLANIFIER VOTRE RETRAITE

2002 : 75 ans de pensions gouvernementales au Canada

Coût unitaire d'impression et de distribution : 32¢

SOMMAIRE



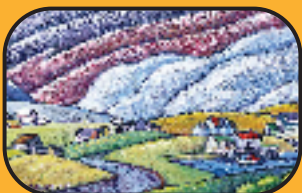
06 FAMILLES
ET ENFANTS



08 VOS FINANCES






09 DES RESSOURCES
POUR LES
INTERNAUTES



10 COMMUNAUTÉS
SAINES ET SÛRES

On peut vous aider :
1 800 O-Canada
canada.gc.ca



 en personne
 au téléphone
 en ligne

Canada

D

Des services pour vous renferme des renseignements pratiques sur la santé, l'environnement, l'économie, l'apprentissage et autres sujets qui vous touchent.

À la fin de chaque article, vous trouverez un numéro de téléphone ou une adresse Internet où obtenir des renseignements supplémentaires. Il vous suffit d'un coup de fil, d'une visite à nos bureaux ou de quelques mouvements de souris pour avoir accès aux programmes et services que le gouvernement du Canada a mis en place pour vous.

Ça « clique » en Nouvelle-Écosse



Technologies de l'information... des mots synonymes de prospérité. En Nouvelle-Écosse, l'Initiative Économie de l'information, qui réunit les gouvernements fédéral et provincial et la collectivité, a plus que doublé le nombre de sites d'accès à Internet. Écoles, bibliothèques et collèges communautaires disposent de connexions à haute vitesse. Le Programme d'accès communautaire permet d'utiliser

l'Internet à peu de frais. Toutes les régions du Canada peuvent profiter de l'Internet comme moyen de communiquer, d'apprendre et de faire des affaires dans l'économie de l'information.

 **1 800 575-9200**
 **cap.ic.gc.ca**



À l'œuvre en Nouvelle-Écosse

Pour un bon démarrage ou une expansion prometteuse

Les entrepreneurs de la province ont accès au réseau du Centre de services aux entreprises Canada-Nouvelle-Écosse, qui leur offre des ressources de démarrage ou d'expansion d'entreprise.

Besoin de rédiger un plan d'affaires?

☎ **1 800 668-1010**

Le meilleur plan d'affaires interactif se trouve au :

🌐 **www.rcsec.org/pai**



On discute affaires.

L'infrastructure se refait une beauté

D'Annapolis Royal à Glace Bay, la Nouvelle-Écosse améliore ses systèmes de traitement d'eau et d'égouts grâce au Programme d'infrastructure Canada-Nouvelle-Écosse. De concert avec les municipalités et la province, le gouvernement du Canada investira plus de 65 M \$ dans l'infrastructure de la Nouvelle-Écosse, en favorisant les projets

écologiques. Les autres priorités touchent les transports locaux, les routes et les ponts et le logement à prix abordable.

☎ **1 800 O-Canada**

🌐 **www.tbs-sct.gc.ca/ino-bni**
(cliquez sur « Partenaires »)



L'alimentation sous la loupe de nos détectives

Si vous surveillez votre alimentation, vous lisez sûrement les étiquettes d'information nutritionnelle.

Les employés du laboratoire de Dartmouth le font avant vous. Les 22 laboratoires de l'Agence canadienne d'inspection des aliments vérifient que l'information sur tous les produits alimentaires consommés au Canada est véridique. Les laboratoires de l'Agence font chaque année plus de 500 000 tests pour protéger la sécurité de nos aliments.

Information nutritionnelle	
1 portion = 15 g = environ 5 biscuits	
Énergie	64 cal 270 kJ
Protéines	1,6 g
Matières grasses	1,4 g
Polyinsaturés	0,1 g
Monoinsaturés	0,7 g
Saturés	0,3 g
Cholestérol	0 mg
Glucides	11 mg
Sodium	55 mg
Potassium	15 mg
Ingrédients : blé entier, huile végétale, sel	



Un rôle pour tous

L'Agence canadienne d'inspection des aliments, les provinces et les municipalités appliquent les normes de sécurité alimentaire définies par Santé Canada. Les consommateurs ont aussi leur rôle à jouer :

- **Nettoyer** à l'eau chaude savonneuse mains, ustensiles et surfaces de travail, avant, pendant et après la préparation des aliments.
- **Séparer** les viandes crues et les volailles des autres aliments, tant au frigo que pendant la préparation.
- **Cuire** soigneusement et servir sans attendre pour éviter la croissance des bactéries à la température de la pièce.
- **Réfrigérer** les aliments et les restes dans les deux heures suivant leur préparation et maintenir le frigo à 4 °C et le congélateur à -18 °C.

☎ **1 800 442-2342** 🌐 **www.inspection.gc.ca**

Le pluvier siffleur trouve protection



Petit oiseau de rivage légèrement plus gros qu'un moineau, le pluvier siffleur est en danger de disparition. Il vit sur les plages sablonneuses que nous envahissons chaque été, ce qui dérange ses nids et cause son déclin. Un recensement mondial effectué en 1996 dénombrait moins de 6 000 pluviers siffleurs, dont 7 p.100 élèvent leurs petits sur les plages du Canada atlantique. L'organisme communautaire Programme de protection des pluviers siffleurs de la Nouvelle-Écosse travaille activement avec d'autres organisations semblables et les gouvernements du Canada et de la Nouvelle-Écosse pour le protéger. Les scientifiques étudient son comportement, ses façons de voler et ses sites de nidification pour trouver les clés de sa survie.

Ce que vous pouvez faire

- Respectez tout secteur clôturé protégeant la faune.
- N'allez pas sur la plage en véhicule tout-terrain.
- Rapportez vos ordures à la maison.
- Gardez vos animaux en laisse.
- Signalez tout secteur de nidification au Service canadien de la faune.
- Devenez un protecteur de cet oiseau en communiquant avec le Programme de protection des pluviers siffleurs de la Nouvelle-Écosse au 1 902 860-1263



 www.atl.ec.gc.ca/wildlife/plover/index_f.html

Le retour des mollusques et crustacés au lac Bras d'Or

Les partenariats sont un bon moyen de protéger la sécurité de nos eaux côtières, et c'est l'approche qu'a adoptée la Première nation Eskasoni qui travaille avec des groupes communautaires, le gouvernement du Canada et la province pour raviver le secteur du lac Bras d'Or. Le résultat? Une hausse des zones approuvées pour la culture des mollusques et crustacés depuis 1998 et la création de groupes comme le *Eskasoni First Nations Guardians* et le *River Denys Watershed Group*, qui surveillent la qualité du milieu de vie des mollusques et crustacés dans la région.

 www.atl.ec.gc.ca/epb/sfish/sfish_f.html



Surveillance de la qualité de l'eau au lac Bras d'Or.



Des possibilités nouvelles pour tous

Canada

Nous contribuons tous à la prospérité de notre pays et à la qualité de vie de notre société.

Le gouvernement du Canada travaille aux priorités qui nous sont communes : une économie forte et novatrice, les enfants, les soins de santé, des collectivités sûres et un environnement sain.

La santé en priorité

Notre qualité de vie repose sur un système de santé solide qui nous aide à rester en santé et à soigner nos maux. Le gouvernement du Canada œuvre avec les provinces et les territoires pour répondre au défi d'offrir à la population canadienne un système de santé hors pair. Chacun de nous peut aussi poser mille et un gestes concrets en faveur de la santé.



Vivre et manger sainement

L'alimentation et l'exercice : des clés pour avoir une bonne santé, prévenir la maladie et jouir de la vie. Commandez gratuitement le *Guide alimentaire canadien* pour une foule de conseils pratiques au quotidien sur l'alimentation saine au :

☎ 1 800 O-Canada

et le *Guide d'activité physique canadien* pour une vie active saine au :

☎ 1 888 334-9769

🌐 www.hc-sc.gc.ca



Un réseau de la santé au bout de vos doigts

Le Réseau canadien de la santé mène à plus de 10 000 sites Internet élaborés par plus de 700 organismes qui vous offrent des conseils-santé utiles au quotidien.

🌐 www.reseau-canadien-sante.ca

Êtes-vous au courant ?



Votre téléphone cellulaire est-il sécuritaire? Comment éviter les empoisonnements alimentaires? Les feuillets *Votre santé et vous* proposent des trucs et conseils-santé sur une foule de sujets simples et importants, allant de l'eau potable aux produits nettoyants.



🌐 www.hc-sc.gc.ca

Un investissement qui fera du chemin



L'une des meilleures façons d'aider les enfants est de commencer tôt à épargner pour leurs études postsecondaires. Avec la Subvention canadienne pour l'épargne-études, le gouvernement du Canada ajoute au régime enregistré d'épargne-études de votre enfant jusqu'à 20 p. 100 de votre contribution annuelle, pour un maximum de 400 \$ annuellement, jusqu'à ce que votre enfant atteigne 17 ans.

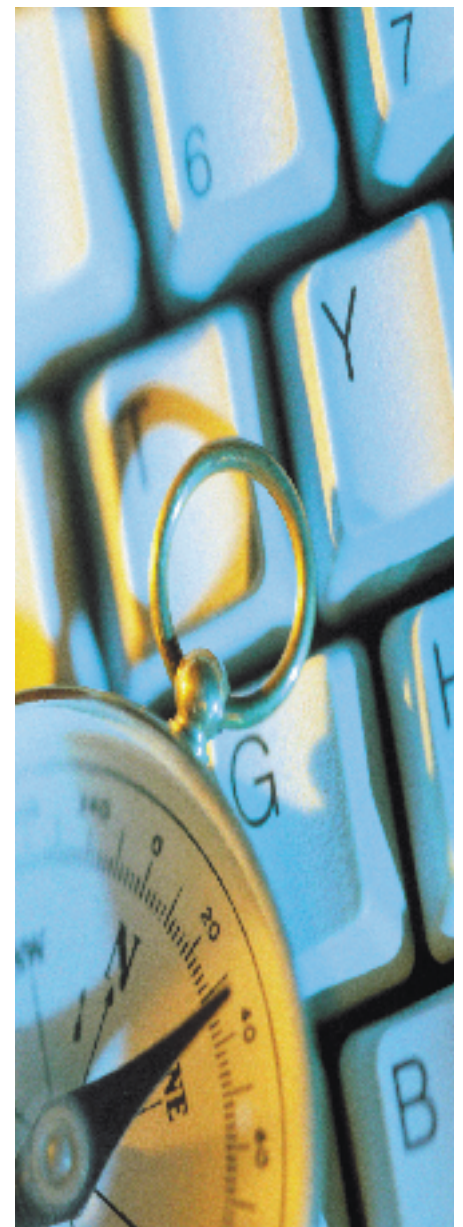
 **1 800 O-Canada**
 **www.hrdc-drhc.gc.ca/scee**



Les jeunes s'orientent et se branchent

Vous connaissez *Connexion jeunesse*? Ce guide vous aidera à trouver, parmi plus de 230 ressources, celles qui orienteront votre carrière et vous aideront à gagner de l'expérience, trouver un emploi d'été ou obtenir la formation qui vous manque. Pour commander :

 **1 800 935-5555**
 **www.jeunesse.gc.ca**





Les enfants en premier

Une famille qui éclate vit toujours un déchirement. Savoir à quoi s'attendre peut atténuer les conflits et la tension. Le gouvernement du Canada offre plusieurs publications sur les lois touchant le divorce et les pensions alimentaires.

 **www.canada.justice.gc.ca** (cliquez sur « Programmes et services »)

Des services pour les enfants

Un guide vous ouvre la porte à plus d'une centaine de services destinés aux enfants et à leurs familles — allant des prestations financières aux renseignements sur la nutrition et la sécurité.

 **1 800 O-Canada**
 **canada.gc.ca**
(cliquez sur « Publications »)





Les travaux scolaires : à l'aide!

Rescol canadien est un guichet unique pour les travaux scolaires, les recherches des enseignants et la participation des parents à l'éducation de leurs enfants.

☎ 1 800 575-9200

🌐 www.rescol.ca



Protégez vos jeunes internautes

- Demandez à vos enfants d'adopter un surnom pour bavarder en ligne.
- Assurez-vous qu'ils n'organisent jamais sans vous la rencontre de leurs « cyberamis ».
- Affichez près de l'ordinateur une liste de sites et de moteurs de recherche convenant aux enfants.

Le contenu illégal et offensant diffusé dans Internet : La stratégie canadienne pour l'utilisation sécuritaire, prudente et responsable d'Internet offre des trucs pour naviguer en toute sécurité.

🌐 www.brancher.gc.ca/cyberaverti

Avez-vous demandé votre Prestation fiscale canadienne pour enfants ?

Cette prestation mensuelle non imposable peut vous aider à élever vos enfants jusqu'à l'âge de 18 ans. Pour la recevoir, vous devez faire une demande à l'Agence des douanes et du revenu du Canada, et les conjoints doivent tous deux produire une déclaration de revenus. N'oubliez pas de nous prévenir de votre déménagement pour éviter tout retard dans les paiements, même si vous utilisez le dépôt direct.

☎ 1 800 387-1193

🌐 www.adrc.gc.ca/prestations



Pour combattre le terrorisme et protéger les Canadiens et les Canadiennes

À la suite des événements tragiques du 11 septembre 2001, le gouvernement du Canada a pris des mesures supplémentaires pour combattre le terrorisme et mieux protéger les Canadiens. Il est possible que vous soyez touché par ces mesures. Par exemple, si vous planifiez un voyage, attendez-vous à des délais plus longs et à des contrôles de sécurité plus approfondis aux aéroports et aux postes frontaliers, car le personnel responsable fait preuve d'une vigilance accrue. D'autres mesures ont été prises, y compris de nouvelles lois pour lutter contre le terrorisme, un financement accru pour la répression du crime et la cueillette d'informations, et la collaboration du Canada avec les autres gouvernements sur la scène internationale et militaire. Pour en savoir plus :

☎ 1 800 O-Canada

🌐 canada.gc.ca

Des réductions d'impôt pour la population



Le gouvernement du Canada a mis en œuvre un plan de réduction d'impôts de 100 milliards de dollars sur cinq ans – la baisse la plus importante de l'histoire du Canada.

En 2001 seulement :


- Une famille de quatre avec un revenu de 40 000 \$ économise environ 1 100 \$.

- Une famille de quatre avec deux revenus totalisant 60 000 \$ économise environ 1 000 \$.

Dès 2004, les impôts personnels auront été réduits en moyenne de 21 p. 100. Les familles avec enfants épargneront encore plus – 27 p. 100 en moyenne.

À combien s'élève votre économie ?

Pour le savoir, utilisez la calculatrice au :

 www.fin.gc.ca
(cliquez sur « Impôts et tarifs »)



Réclamez-vous vos crédits pour TPS/TVH ?

Si votre revenu est modeste, vous pouvez réclamer, en tout ou en partie, la taxe sur les produits et services (TPS). Vous avez droit à des crédits pour TPS ou taxe de vente harmonisée (TVH) pour vous, votre conjoint(e) et vos enfants. Il vous faut produire une déclaration de revenus, que vous ayez des revenus ou non. Remplissez la demande de crédit pour TPS/TVH incluse dans la déclaration de revenus.

 **1 800 959-1954**

 www.adrc.gc.ca/prestations


Pour planifier de belles années


Le Programme de la sécurité de la vieillesse du Canada assure à la plupart des aînés un revenu de retraite modeste. Il verse également des prestations de Supplément de revenu garanti et d'Allocation aux pensionnés à faible revenu et à leurs conjoints. Le Régime de pensions du Canada offre une pension mensuelle aux personnes qui ont travaillé et contribué au régime. Il protège également les travailleurs et leur famille contre la perte de revenu liée à une invalidité ou à un décès.



Le saviez-vous ?

- 2002 marque le 75^e anniversaire des pensions gouvernementales au Canada.
- Le Régime de pensions du Canada accorde aux couples de même sexe vivant en union de fait les mêmes droits et obligations.
- Vos prestations du Régime de pensions du Canada et de la Sécurité de la vieillesse ne commencent pas automatiquement. Il faut les demander au :

 **1 800 277-9915** ou **1 800 255-4786** (Téléscripteur/ATME)

 www.hrhc-drhc.gc.ca (cliquez sur « Les aînés »)



Un signet indispensable pour les entrepreneurs



Les entrepreneurs visitent le portail des affaires. Comment démarrer ou financer une entreprise, tenir les livres, payer les impôts, exporter des biens, embaucher et gérer du personnel — tout y est.

📍 www.portaildesaffaires.ca

Votre commerce dans Internet : Gagner la confiance des consommateurs vous montrera comment créer un site « vendeur ».

📍 <http://strategis.gc.ca>

(cliquez sur « Utilisation du commerce électronique »)

Le programme Étudiants bien branchés offre une formation en commerce électronique pour les étudiants comme pour les gens d'affaires.

📍 www.scp-ebb.com

Des bourses pour encourager les leaders de demain

Les étudiants et diplômés universitaires dans des domaines variés peuvent se qualifier pour une bourse du Conseil de recherches en sciences naturelles et en génie ou du Conseil de recherches en sciences humaines.

📍 www.crsng.ca 📍 www.crsn.ca

Se « brancher » est à la portée de tous

Au début de 2001, plus d'une personne sur deux au Canada utilisait l'Internet à la maison, à l'école, à la bibliothèque ou au bureau. D'un simple clic, on communique, on apprend, on se renseigne ou on achète. Le Programme d'accès communautaire, qui compte près de 10 000 centres au Canada, permet de se brancher à peu de frais ou gratuitement.

📞 1 800 575-9200

pour trouver un centre près de chez vous.

📍 pac.ic.gc.ca

(cliquez sur « Collectivités participant au PAC »)



Les consommateurs avertis savent où cliquer

Pour planifier la rénovation de votre maison, apprendre à déglacer le toit, prévoir des vacances à l'étranger, choisir le bon siège d'auto pour bébé, et bien d'autres choses encore, un arrêt obligatoire :

📍 www.infoconsommation.ca



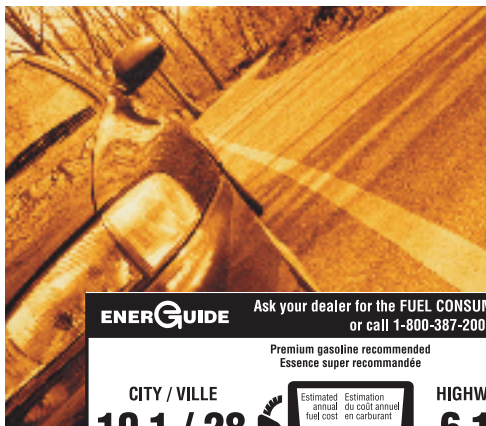
En direct : des trucs de cybermagasinage prudent

- Obtenez une description détaillée du produit que vous voulez acheter.
- Lisez et imprimez les conditions de la vente.
- Assurez-vous que le marchand peut vous garantir la protection de vos données personnelles et financières.

Autant de conseils de magasinage en direct contenus dans *Magasiner dans Internet : Renseignez-vous.*

📍 <http://strategis.gc.ca/pics/caf/consommateur.pdf>

L'air et la santé vont de pair



ENERGUIDE Ask your dealer for the FUEL CONSUMPTION GUIDE or call 1-800-387-2000.

Premium gasoline recommended
Essence super recommandée

CITY / VILLE 10.1 / 28 L/100 km mi/gal	<p>Estimated annual fuel cost Estimation du coût annuel en carburant</p>	HIGHWAY / ROUTE 6.1 / 46 L/100 km mi/gal
--	--	--

These estimates are based on the Government of Canada's approved criteria and testing methods. The actual fuel consumption of this vehicle may vary. Refer to the Fuel Consumption Guide.

Données obtenues selon les critères et méthodes d'essais approuvés par le Gouvernement du Canada. La consommation réelle de carburant de ce véhicule peut varier. Consultez le Guide de consommation de carburant.

Canada

Demandez le GUIDE DE CONSOMMATION DE CARBURANT à votre concessionnaire ou composez le 1-800-387-2000.

L'air que l'on respire a un impact sur la santé, surtout chez les aînés, les enfants et les personnes souffrant de troubles pulmonaires ou cardiaques. Le plan d'action du gouvernement du

Canada, doté de 120 M \$ pour les 10 prochaines années, réduira la pollution automobile et suivra de près les polluants et pollueurs.



Découvrez vos forces dans les Forces canadiennes

Vous cherchez un emploi à plein temps ou à temps partiel qui vous libérera de l'emprise du 9 à 5 et vous plongera dans l'aventure?

Vous trouverez plus de 100 choix de carrière au sein des Forces canadiennes — du technicien dentaire au spécialiste en informatique ou du fantassin à l'ingénieur.

Découvrez-nous et apprenez à vous connaître davantage.

☎ **1 800 856-8488**

🌐 **www.forces.ca**

Lisez l'étiquette

L'étiquette *ÉnerGuide* sur les véhicules neufs vous aidera à choisir une voiture qui vous coûtera moins cher et polluera moins. Le *Guide de consommation de carburant* vous sera aussi utile pour choisir un véhicule écologique.

🌐 http://autosmart.rncan.gc.ca/home_f.htm



Un outil pour le monde rural

Que vous soyez à la recherche de conseils d'affaires, d'une possibilité d'échange culturel ou d'information sur la navigation sécuritaire, les quelque 200 programmes et services fédéraux contenus dans le *Répertoire de poche des programmes et des services ruraux* pourraient bien répondre à vos besoins.

☎ **1 800 O-Canada** 🌐 **www.rural.gc.ca**

(cliquez sur « Publications »)

