



Services *pour* VOUS



Guide des services du gouvernement du Canada en
Nouvelle-Écosse



Gouvernement
du Canada

Government
of Canada

Canada 

Table des matières



Environnement

Vous pouvez lutter contre les changements climatiques . . .	4
Protéger l'habitat du poisson, c'est l'affaire de tous	5



Finances personnelles

La période des impôts : on peut s'entraider	5
Travailleurs indépendants : de l'aide pour démarrer votre entreprise	6

Innovation

Pour souligner le travail des jeunes entrepreneurs	6
Vous pouvez avoir accès à Internet	7

Jeunesse

Les jeunes explorent le Canada	8
Une stratégie qui travaille pour les jeunes	9

Petites et moyennes entreprises

Pour démarrer une entreprise	9
--	----------

Santé

De l'aide pour les femmes enceintes qui ont besoin de soutien	10
Pour garder vos enfants actifs et en santé	11
Les chutes chez les aînés	11



Sécurité et prévention

Obtenez votre carte de conducteur pour naviguer en sécurité	12
Vous pouvez prévenir la contrebande	12
Les Forces canadiennes : un choix de carrière	13

■ Nouvel accord sur les soins de santé	14
---	-----------

■ Contactez le gouvernement du Canada	15
--	-----------



Introduction

Les services du gouvernement du Canada sont conçus pour répondre à vos besoins changeants. Ce guide, *Services pour vous*, décrit quelques-uns de ces services et vous explique comment ils fonctionnent et comment les obtenir. Il contient sept sections. Chacune de ces sections correspond à des besoins individuels ou à des questions d'intérêt commun.

- Tous les sujets sont en caractères **gras**.
- Les titres des brochures et dépliants sont en *italiques*.
- À la fin de chaque description, vous avez des numéros de téléphone sans frais et des sites Internet.
- À la fin du guide, vous trouverez aussi une liste détachable des numéros de téléphone et des sites Internet de nombreux autres services du gouvernement.



Nous vous invitons à conserver *Services pour vous*. Il vous sera utile pour trouver le bon service, si vos besoins changent.

Pour vous renseigner sur d'autres services

Vous pouvez obtenir des renseignements sur les autres services du gouvernement du Canada en :

- composant le 1 800 O-Canada (1 800 622-6232), le centre de renseignements généraux du gouvernement du Canada ;
- visitant le site Internet principal du gouvernement du Canada : canada.gc.ca

Vous pouvez obtenir ce guide en gros caractères, sur cassette audio, en braille et sur disquette en composant le 1 800 O-Canada.

Environnement

Vous pouvez lutter contre les changements climatiques

Les changements climatiques affectent notre santé, l'environnement et l'économie. En utilisant moins d'énergie, nous pouvons réduire les émissions de gaz à effet de serre qui sont responsables des **changements climatiques**. Voici quelques moyens simples d'utiliser moins d'énergie :

- Éteignez les lumières, appareils ménagers, téléviseurs et ordinateurs lorsque vous n'en avez pas besoin.
- Calfeutrez les portes et les fenêtres.
- Consultez l'étiquette ÉnerGuide lorsque vous achetez des électroménagers.
- Évitez de laisser tourner le moteur de votre véhicule. Lorsque vous le laissez tourner pendant 10 secondes, il consomme plus de carburant que si vous fermez le moteur et le redémarrez.
- Baissez le thermostat la nuit ou quand vous quittez la maison.
- Prenez l'autobus. Un autobus rempli, c'est 40 véhicules de moins sur la route. Cela économise le carburant et réduit les émissions de gaz à effet de serre.
- Utilisez des ampoules fluorescentes compactes. Elles durent plus longtemps et consomment 75 % moins d'énergie.
- Nettoyez ou remplacez régulièrement le filtre de votre fournaise.
- Installez des pommes de douche à débit réduit.
- Réparez les robinets qui coulent.



☎ 1 800 O-Canada

🌐 www.changementsclimatiques.gc.ca

Protéger l'habitat du poisson, c'est l'affaire de tous

 **1 800 782-3058**

 www.dfo-mpo.gc.ca/habitat

L'habitat du poisson et l'habitat marin sont importants pour tous les résidents de la Nouvelle-Écosse. Vous pouvez protéger et conserver cette précieuse ressource grâce au **Programme de gestion de l'habitat du poisson**. Ce programme est conçu pour les personnes, les entreprises, les écoles, les jeunes et les groupes communautaires. Il vous donne les outils qu'il vous faut pour protéger l'habitat du poisson. Le programme vous offre aussi des conseils pour construire un quai, modifier la bordure de mer de votre propriété ou installer un fossé de drainage sans perturber l'habitat du poisson.

Finances personnelles

La période des impôts : on peut s'entraider

Si vous connaissez la différence entre un crédit d'impôt et un remboursement d'impôt, et si vous êtes habile avec une calculatrice, vous pouvez aider les autres à remplir leur déclaration de revenus. Le **Programme communautaire des bénévoles en matière d'impôt** vous donnera une formation gratuite et des documents de référence pour vous aider à aider les autres.

Téléphonez dès maintenant pour savoir comment devenir un bénévole. Si vous avez besoin d'aide pour remplir votre déclaration de revenus, téléphonez pour savoir si vous êtes admissible au programme.

 **1 800 959-7383**

 www.adrc.gc.ca/benevole

Travailleurs indépendants : de l'aide pour démarrer votre entreprise

Si vous recevez des paiements d'assurance-emploi et si vous voulez démarrer une entreprise, vous pouvez recevoir de l'aide. Le programme

Prestations pour activité indépendante peut vous donner un soutien financier et vous aider à planifier et à gérer une entreprise. Pour obtenir plus de renseignements, contactez le Centre régional de ressources humaines du Canada.

 **1 800 808-6352**

 **www.drhc.gc.ca**

et cliquez sur « Subventions et contributions » dans le menu de gauche, puis sur « Personnes en chômage » et « Aide au travail indépendant »

Innovation

Pour souligner le travail des jeunes entrepreneurs

Le **Prix aux jeunes entrepreneurs** souligne le travail des jeunes entrepreneurs. Chaque année, un gagnant est choisi dans chaque province et territoire par des gens d'affaires, des membres de la Chambre de commerce et des représentants de la Banque de développement du Canada.

L'identité des gagnants est annoncée publiquement. Ils reçoivent une journée de formation spéciale auprès de gens d'affaires et d'universitaires. Pour être admissible au programme, vous devez :

- être citoyen canadien ;
- être âgé entre 19 et 30 ans le 31 décembre 2003 ; et
- posséder au moins trois ans d'expérience à titre d'entrepreneur.

La période de nomination se termine le 6 juin 2003.

 **1 877 232-2269 (sans frais)**

 **www.bdc.ca**

et cliquez sur « Jeune entrepreneur »

Carla ne gaspille rien

Pour Carla MacQuarrie, de West Chezzetcook, rien ne devrait être gaspillé, pas même les déchets. Carla possède un commerce hydroponique qui recycle les déchets de poisson. Ces déchets aident à cultiver des légumes hydroponiques comme l'épinard, le basilic et d'autres herbes fraîches. « Je voulais transformer le problème des déchets en solution », a dit Carla qui est âgée de 27 ans. Ses travaux lui ont valu le Prix aux jeunes entrepreneurs de la Banque de développement du Canada.



Vous pouvez avoir accès à Internet

Si vous n'avez pas d'ordinateur, vous pouvez trouver un centre près de chez vous qui donne accès aux ordinateurs et à Internet à prix modique. Le **Programme d'accès communautaire** aide les organismes comme les écoles, les bibliothèques et les centres communautaires de la Nouvelle-Écosse à acheter des ordinateurs. Le programme offre aussi de la formation en informatique.

River John se branche à Internet

Internet a mis de la vie dans la communauté de River John. La bibliothèque publique de l'endroit a reçu une subvention du Programme d'accès communautaire pour acheter trois ordinateurs. Grâce à cette subvention, la plupart des résidents de River John ont reçu une formation à Internet. Plusieurs entreprises ont aussi pu élaborer leur site Internet et font maintenant des affaires en ligne.

☎ 1 800 575-9200

🌐 <http://pac.ic.gc.ca>

Jeunesse

Les jeunes explorent le Canada

Échanges Canada offre aux jeunes deux programmes passionnants pour leur permettre de se découvrir et d'apprendre à connaître le Canada.

Échanges Jeunesse Canada est pour les jeunes de 11 à 18 ans. Les participants aident à organiser un échange avec une autre région du pays, à faire des recherches sur cette région, à trouver des fonds pour financer leur voyage et à planifier des activités.

Forums Jeunesse Canada s'adresse aux moins de 30 ans. Ce programme permet aux participants d'aller visiter une autre localité pendant au moins cinq jours. Durant leur séjour, ils étudient les institutions nationales et discutent des enjeux d'intérêt national.

Dans la plupart des cas, le gouvernement du Canada paie le voyage des participants.

Plusieurs groupes sont traditionnellement sous-représentés dans les programmes d'échanges. Il s'agit par exemple des jeunes autochtones, des jeunes ayant un handicap, des jeunes provenant de familles à faible revenu et des jeunes provenant de communautés rurales ou de régions isolées. Le gouvernement du Canada encourage ces jeunes à profiter des programmes disponibles.



Une semaine incroyable

R. Mark Wainman de Hants West décrit son expérience auprès d'Échanges Canada comme « la meilleure semaine de ma vie scolaire. J'ai appris des choses sur mon pays et je me suis également fait des amis avec les autres participants de partout au Canada ».

 **1 800 O-Canada**

 **www.echanges.gc.ca**

Une stratégie qui travaille pour les jeunes

Si vous avez entre 15 et 30 ans et cherchez à améliorer vos compétences ou à acquérir de l'expérience de travail, les programmes de la **Stratégie emploi jeunesse** peuvent vous aider. Ces programmes mettent à la disposition des entreprises privées, des organismes publics et sans but lucratif, des fonds afin que vous puissiez développer vos connaissances, vos compétences et acquérir des expériences de travail dont vous aurez besoin pour trouver un emploi et le garder.



☎ 1 800 935-5555

🌐 jeunesse.gc.ca

Petites et moyennes entreprises

Pour démarrer une entreprise

Le Centre de services aux entreprises du Canada/Nouvelle-Écosse peut vous aider à **démarrer votre entreprise**. Il pourra vous expliquer, par exemple, comment obtenir du financement et faire une demande de brevet.

Si vous êtes âgé entre 18 et 29 ans et si vous voulez démarrer votre entreprise, ConneXion Jeunes Entrepreneurs-Programme de capital d'appoint peut vous donner des prêts jusqu'à 15 000 \$.



☎ 1 800 668-1010

🌐 www.rcsec.org/ns

Les jeunes peuvent aussi contacter le Centre de développement et d'éducation en entrepreneuriat. Ses bureaux destinés aux jeunes offrent des ateliers, des séminaires, l'accès à Internet et des camps.

Si vous demeurez en région rurale, c'est la Corporation locale de développement économique la plus près de chez vous qu'il faut contacter. Elle offre des conseils et des solutions financières aux petites entreprises. Composez sans frais le 1 888 303-2232.

Santé

De l'aide pour les femmes enceintes qui ont besoin de soutien

Si vous êtes enceinte et avez besoin de soutien, le **Programme canadien de nutrition prénatale** peut vous aider. Le programme fournit aux femmes enceintes des conseils sur la nutrition, des suppléments alimentaires et des services d'aide et d'écoute en matière de choix de santé, comme la consommation d'alcool.

Le programme est offert à plusieurs endroits en Nouvelle-Écosse, y compris Amherst, Antigonish, Canning, Digby, East Preston, Guysborough, Halifax, Sydney, Truro et Westville.



☎ **1 866 225-0709 (sans frais)**

🌐 www.hc-sc.gc.ca/hppb/enfance-jeunesse
et cliquez sur « Programmes communautaires »

Pour garder vos enfants actifs et en santé

La meilleure façon d'aider vos enfants à rester en santé, c'est de les garder actifs. Plus de la moitié des enfants et des jeunes au Canada ne sont pas assez actifs. Plusieurs souffrent d'obésité. Cela pourrait leur causer des problèmes de santé comme les maladies cardiaques et le diabète.

Commandez un exemplaire du *Guide d'activité physique canadien pour les enfants* et du *Guide d'activité physique canadien pour les jeunes*.

Les deux brochures vous donnent des conseils pour garder vos enfants actifs.

☎ 1 866 225-0709 (sans frais)

📄 www.hc-sc.gc.ca/hppb/guideap

Les chutes chez les aînés

Les aînés savent que leur qualité de vie dépend de leur bonne santé. Les chutes leur causent souvent une perte d'indépendance et la détérioration de leur santé. Les chutes représentent la plupart des blessures chez les personnes âgées. Elles sont aussi la cause de près de la moitié des admissions dans les foyers.

Vous pouvez **prévenir les chutes**. Commandez les feuillets d'information *Évitez les chutes!* Ils s'adressent aux aînés, aux anciens

combattants, à leurs familles et à ceux qui oeuvrent auprès des aînés.

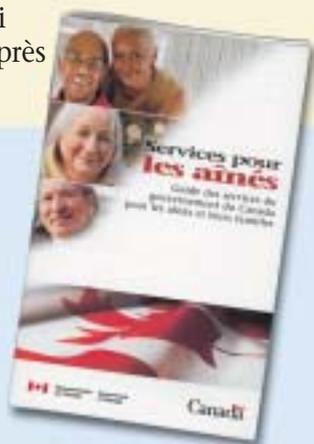
☎ 1 800 O-Canada

📄 www.hc-sc.gc.ca/seniors-aines

et cliquez sur « Publications », puis sur la lettre « E » dans l'index de A à Z.

Le saviez-vous?

Les paiements du Régime de pensions du Canada et de la Sécurité de la vieillesse ne vous parviennent pas automatiquement. Vous devez en faire la demande. Pour en savoir plus sur les services du gouvernement du Canada pour les aînés et ceux qui le seront bientôt, commandez le guide *Services pour les aînés*.



☎ 1 800 O-Canada

📄 canada.gc.ca et cliquez sur « Services pour les Canadiens », puis sur « Les aînés »

Sécurité et prévention



Obtenez votre carte de conducteur pour naviguer en sécurité

La navigation commerciale et de plaisance fait partie de la vie en Nouvelle-Écosse. Grâce à de nouveaux règlements, la navigation est plus sécuritaire. Vous devez maintenant avoir une **carte de compétence des conducteurs** pour naviguer. Pour obtenir cette carte, vous devez réussir le test de la Garde côtière canadienne. Le test porte sur les éléments suivants :

- les règlements,
- l'équipement de sécurité minimum pour votre bateau,
- le système de balisage canadien et
- la façon de partager les voies navigables.

Pour vous préparer à passer le test, vous pouvez suivre un cours régulier ou un cours par correspondance.

☎ 1 800 267-6687

🌐 www.ccg-gcc.gc.ca

Vous pouvez prévenir la contrebande

Selon la police, le public peut aider à prévenir la contrebande. Lorsque vous connaissez bien vos environs, vous êtes les premiers à remarquer les activités qui sortent de l'ordinaire. Si vous voyez quelque chose de louche, comme des bateaux voyageant la nuit sans phares, appelez la police.

Plusieurs résidents de la Nouvelle-Écosse aident la Gendarmerie royale du Canada (GRC) à protéger leur communauté.

Le **Programme de surveillance côtière/ des aéroports** de la GRC vous explique ce qu'il faut surveiller et comment avvertir la police.



 **1 800 803-7267**

 www.grc.gc.ca

Un pêcheur aide à combattre le crime

Un pêcheur de la Nouvelle-Écosse a remarqué un bateau qui naviguait dans la tempête. Il a avverti la police. La police recherchait justement ce bateau. Il transportait près de 12 tonnes de drogue. Grâce à ce pêcheur, la police a pu saisir la drogue avant qu'elle ne cause des dommages.

Les Forces canadiennes : un choix de carrière

Si vous cherchez une carrière passionnante, les **Forces canadiennes** pourraient vous intéresser. En Nouvelle-Écosse, les forces comptent environ 15 000 hommes et femmes dévoués et fiers de servir le pays. Ils sont situés à Halifax, à Greenwood et à Shearwater.

Nos forces armées aident aussi le Canada à maintenir la paix, la stabilité et la sécurité dans le monde. Depuis octobre 2001, environ 2 000 militaires de la Nouvelle-Écosse sont allés à l'étranger dans le cadre de la lutte contre le terrorisme.

Les Forces canadiennes, c'est plus de 100 choix de carrière militaire.

 **1 800 856-8488**

 www.recrutement.forces.gc.ca

Nouvel accord sur les soins de santé

Le Premier ministre du Canada et les premiers ministres provinciaux se sont entendus récemment pour soutenir et réformer notre système de santé. Pour faire de cet accord une réalité, le **gouvernement du Canada augmente le financement accordé aux soins de santé de 34,8 milliards de dollars au cours des cinq prochaines années.**

L'accord renforce les cinq principes de la *Loi canadienne sur la santé* et accroît le soutien offert aux services de soins de santé actuels partout au pays.

L'accord favorise et finance aussi le changement, afin :

- d'améliorer l'accès aux professionnels de la santé 24 heures sur 24, sept jours par semaine, et d'éliminer les débordements vers les services d'urgence ;
- d'améliorer les soins à domicile et la protection contre les coûts exorbitants des médicaments ;
- d'offrir une prestation humanitaire, dans le cadre de l'assurance-emploi, aux personnes qui doivent quitter temporairement leur emploi pour prendre soin d'un proche gravement malade ;

- d'offrir de l'équipement diagnostic et médical pour réduire les listes d'attente et accélérer les soins ;
- de créer des dossiers médicaux électroniques des patients, et ainsi diminuer la paperasse ;
- de favoriser l'innovation et la science dans les hôpitaux universitaires ;
- de porter une attention spéciale aux besoins des Autochtones.

L'accord prévoit aussi la création d'un Conseil de la santé qui fera rapport régulièrement à tous les Canadiens et les Canadiennes de l'état du système de santé.

Les citoyens et les contribuables ont le droit de savoir comment leur argent est dépensé et de quelle façon la réforme est mise en oeuvre.

Pour plus de renseignements sur le nouvel accord :

☎ 1 800 O-Canada
(1 800 622-6232)
ATS 1 800 465-7735

📧 canada.gc.ca