



Le 17 avril 2020

Bonjour à toutes et à tous !

Nous vous partageons quelques informations importantes dans le contexte actuel associé à la COVID-19.

***** LES NOUVEAUTÉS SONT SURLIGNÉES EN JAUNE. *****

MERCI BIEN DE PRENDRE LE TEMPS DE LIRE 😊

Stages – session du printemps 2020

Vos coordonnateurs de programmes devraient normalement avoir communiqué avec vous pour confirmer le plan pour la session du printemps 2020 et les impacts sur 1) la fin de votre programme d'études ou 2) les impacts sur la deuxième année de votre programme. Ces décisions seront également confirmées par écrit pas le bureau du registraire. Pour les programmes de santé, une décision sera prise pour le 24 avril 2020.

Fonds d'urgence pour les étudiant.es postsecondaires

Le 14 avril 2020, le gouvernement provincial a annoncé un fonds d'urgence pour les étudiant.es postsecondaires de l'Île en lien avec les impacts de la COVID-19. Une somme de 5 000 \$ sera allouée pour les étudiant.es du Collège de l'Île. Les trois établissements postsecondaires mettront en place les mécanismes nécessaires pour la distribution des fonds. L'administration et l'Association étudiante vous reviendront sous peu avec plus de détails.

Service de conseils de vie (life coaching)

M. Maurice Hashie, coordonnateur des programmes en services communautaires, offre ses services de conseils de vie sans frais au personnel ainsi qu'aux étudiant.es. Les services sont offerts entre 9 h et 16 h 30, du lundi au vendredi. Les sujets fréquemment abordés en services de conseils de vie : l'estime de soi, la résolution de conflits, apprendre à s'affirmer, les relations interpersonnelles, les finances, la santé et le bien-être, entre autres. Vous pouvez communiquer avec M. Hashie par courriel à l'adresse

maurice.hashie@collegedelile.ca

Cérémonie de remise des certificats et des diplômes

En temps normal, la cérémonie de remise des certificats et des diplômes aurait lieu le 15 juin 2020, au Carrefour de l'Isle-Saint-Jean, à Charlottetown. Dans le contexte actuel, nous sommes en train de revoir la date et la forme de la cérémonie. Une décision à ce sujet vous sera communiquée au plus tard le 15 mai 2020.

Conseils pour améliorer votre connexion Internet

Vous pouvez améliorer votre connexion Internet à la maison sans nécessairement changer de fournisseur. On vous encourage à essayer une ou plusieurs des options suivantes :

1. Changez l'heure de début des vidéoconférences. Au lieu de commencer votre rencontre à 9 h, commencez à 9 h 05 ou 9 h 10. Ça aidera à désengorger la bande passante.
2. Programmez le téléchargement de gros documents ou les mises à jour de logiciels très tôt le matin ou tard le soir.
3. Limitez le nombre d'appareils (ordinateurs, cellulaires, tablettes, Wii, Nintendo Switch, etc.) branchés en même temps.
4. Éteignez les appareils (ordinateurs, cellulaire, tablettes, Wii, Nintendo Switch, etc.) qui ne sont pas en utilisation.
5. Informez-vous sur les capacités de votre routeur. S'il y a possibilité de le régler à la fréquence 5GHz, cela pourrait aider votre connexion.
6. Placez le routeur dans un endroit dégagé pour améliorer la réception des ondes, surtout si votre outil de travail est dans une autre pièce.
7. Changez votre routeur pour un routeur plus puissant.
8. Si vous avez la possibilité d'une connexion internet câblée (avec une prise dans le mur), cela améliorera la connexion internet à votre outil de travail.

Appuis en santé mentale

- Pour les étudiant.es qui ont l'assurance médicale du Collège, vous pouvez communiquer avec le Programme d'aide aux étudiant.es (PAE). Ce service est disponible 24 heures par jour, 7 jours par semaine au numéro de téléphone sans frais suivant : 1-877-234-5327 ou en ligne : www.studentbenefits.ca
- Services de santé mentale offerts par le gouvernement provincial, y compris la Ligne d'écoute de l'Île (Island Helpline) : <https://www.princeedwardisland.ca/fr/information/sante-et-mieux-etre/prenez-soin-de-votre-sante-mentale>
- Autres services d'appui en santé mentale et de toxicomanie offerts par le gouvernement provincial : <https://www.princeedwardisland.ca/fr/information/sante-i-p-e/appui-en-matiere-de-sante-mentale-et-de-toxicomanie-pour-les-insulaires-en>

Appuis aux employé.es et employeurs affecté.es par la perte de revenus

Pour ceux et celles d'entre vous qui auraient perdu des heures d'emploi, ou perdu leur emploi, depuis le 13 mars 2020, les gouvernements provincial et fédéral ont mis en place des programmes d'aide au revenu.

- Information pour les employé.es : <https://www.princeedwardisland.ca/fr/sujet/information-travailleurs>
- Information pour les employeurs : <https://www.princeedwardisland.ca/fr/sujet/information-entreprises>

Appuis aux étudiant.es d'origine internationale

La Coopérative d'intégration francophone (CIF) de l'Île-du-Prince-Édouard demeure au service des nouveaux arrivants francophones.

Vous êtes nouvel arrivant et vous avez besoin d'aide ou vous souhaitez nous contacter rapidement ?
Téléphonez-nous gratuitement au 1-888-954-5888 ou écrivez-nous à services@cifipe.ca.

LA CIF peut vous aide aider à faire votre épicerie en cas de maladie, de manque de transports publics, d'auto-isolément. Elle peut vous informer par rapport à vos démarches d'immigration, ou concernant le droit à l'assurance emploi. Elle peut vous aider dans l'interprétation anglais-français. La CIF vous propose de l'appui, un accompagnement ou une écoute active pendant cette période difficile.

Quoi faire si vous avez des symptômes reliés au COVID-19

- Restez à la maison.
- Vous toussiez et/ou vous faites de la fièvre ? Communiquez avec le service télésanté en composant le 8-1-1 qui vous dirigeront vers l'aide médicale appropriée. Vous pouvez également communiquez avec votre médecin de famille si vous en avez un.
- Vous êtes en situation d'urgence ? Communiquez avec le service ambulancier en composant le 9-1-1.

Faites attention aux fraudes possibles

Les tentatives de fraudes sont souvent à la hausse lors d'événements majeurs et c'est le cas dans la situation actuelle du COVID-19. Voici un extrait de l'émission d'enquête « La facture » de Radio-Canada (source fiable) qui parle de campagnes d'hameçonnage en cours en ce moment :

<https://youtu.be/GvfYLKunWK4>

En temps normal, un message - courriel, texto, appel téléphonique, etc. - d'hameçonnage (phishing) ne nous atteindrait peut-être pas. Mais en temps de stress, nous sommes plus susceptibles de réagir à ces messages.

Si vous recevez un message dont vous doutez l'origine, mieux vaut prévenir que guérir en évitant tout simplement de cliquer. Pour plus de renseignements, veuillez consulter le site du Centre antifraude du Canada (source fiable) : <https://antifraudcentre-centreantifraude.ca/features-vedette/2020/covid-19-fra.htm>

Limites de données retirées par les compagnies de télécommunications

La plupart des compagnies de télécommunications canadiennes ont retiré la limite de données (data) sur les forfaits internet de leurs clients résidentiels et d'affaires jusqu'au 30 avril. C'est le cas de Bell, Telus, Shaw, Rogers, Videotron. On vous encourage à vérifier avec votre compagnie de télécommunications si vous n'êtes pas certains d'avoir une exemption d'utilisation de données.

Demeurez connectés

Nous vous encourageons fortement de demeurer en communication avec votre famille, vos ami.es et vos enseignant.es pendant que vous êtes à la maison de façon imprévue. Le retrait des limites de données sur vos forfaits internet vous permet de faire ça avec l'esprit tranquille de ne pas encourir de coûts supplémentaires jusqu'au 30 avril.

Banque alimentaire

Pour celles et ceux qui en auraient besoin, la banque alimentaire de Charlottetown demeure ouverte.

Toutefois, les paniers sont maintenant emballés d'avance et vous ne pouvez pas magasiner les items supplémentaires. Le nombre de personnes qui peuvent entrer en même temps dans l'édifice est limitée afin de vous protéger et de protéger le personnel.

La banque alimentaire est située au 33, rue Belmont, à Charlottetown. Le numéro de téléphone est le 902-892-7092. **On se peut se rendre sur place les lundis, mercredis et vendredis de 9 h à 11 h.**

Votre santé, votre bien-être

Pendant que vous étudiez et que vous travaillez à distance de façon imprévue, nous vous recommandons de porter une attention particulière à votre santé et à votre bien-être.

- Mangez sainement.
- Buvez de l'eau régulièrement.
- Faites de l'activité physique.
- Établissez une routine quotidienne pour vous et votre famille.
- Pratiquez vos passe-temps préférés.
- Prenez une pause des nouvelles et des réseaux sociaux.

Pour l'activité physique, l'organisme provincial Go!PEI diffuse quotidiennement – et gratuitement – des séances d'exercices, de yoga, etc., sur leur page Facebook : <https://www.facebook.com/goPEI.ca/>

On y trouve d'ailleurs des séances de yoga en français le samedi matin.

Sources d'information fiables

Pour le Collège, consultez vos courriels, le site web www.collegedelile.ca et nos réseaux sociaux (Facebook, Twitter, Instagram.)

COVID-19 Gouvernement de l'Île-du-Prince-Édouard : <https://www.princeedwardisland.ca/en/topic/covid-19>

COVID-19 Agence de santé publique du Canada : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/2019-nouveau-coronavirus.html>

Vous avez des questions ?

Pour les étudiant.es – Votre première personne-ressource au Collège sont vos enseignant.es. Si vous avez des questions, des préoccupations, etc., n'hésitez pas à vous adresser à eux directement.

Pour le personnel – Nous vous avons assignés une personne ressource. N'hésitez pas à vous adresser en premier lieu à cette personne.

Le comité d'intervention COVID-19

Donald, Colette, Natalie, Dominique

Bonnes habitudes
Mangez sainement, buvez de l'eau régulièrement et faites de l'activité physique

Évitez l'isolement
Demeurez en communications avec votre famille, vos ami.es, vos enseignant.es

Études
Révisez vos notes de cours, poursuivez vos projets et vos devoirs assignés par vos enseignant.es

Ayez une routine
Réveillez-vous le matin à une heure normale

Courriels
Continuez à vérifier vos courriels du Collège pour les plus récentes informations

Gérer votre stress
Pratiquez vos passe-temps préférés, méditez, faites de la lecture

Votre santé et votre bien-être

COLLÈGE de l'île
ÎLE-DU-PRINCE-ÉDOUARD
CANADA

Pendant que vous étudiez et que vous travaillez à distance de façon imprévue, nous vous recommandons de porter une attention particulière à votre santé et à votre bien-être ! 😊

www.collegedelile.ca