

## JOYEUX NOËL EN SANTÉ

*Cowansville, le 17 décembre 2020.* Le conseil des maires de la MRC désire souhaiter un joyeux Noël à tous les citoyens de Brome-Missisquoi en rappelant l'importance d'être prudents et d'appliquer les consignes de la Santé publique. « Nous avons tous et toutes hâte de sortir de la zone rouge et du confinement. C'est pourquoi je demande à toute la population de bien respecter les mesures en vigueur » souhaite le préfet de la MRC Brome-Missisquoi, Patrick Melchior.

D'ici au 11 janvier, il est important de limiter au minimum ses déplacements et de respecter les règles suivantes : tousser dans son coude, se laver régulièrement les mains, garder la distance de 2 mètres en tout temps, couvrir son visage et se faire dépister si vous présentez des symptômes de la Covid-19 (outil d'autoévaluation sur le [Quebec.ca](http://Quebec.ca) ).

### **Aidons le personnel du réseau de la santé**

Par nos efforts pour casser la 2<sup>e</sup> vague, nous contribuons à aider le personnel du réseau de la santé qui est surchargé de travail et épuisé.

### **Gardons le contact avec nos proches**

« Durant la période des Fêtes, j'invite les gens à appeler leurs proches pour garder le contact et rassurer les personnes vulnérables. Un petit coup de fil, ça peut faire beaucoup de bien » a mentionné le préfet en rappelant que la pandémie a éprouvé la santé mentale de plusieurs personnes.

### **Demandons de l'aide lorsque nécessaire**

Des services confidentiels et professionnels sont à la disposition de toute personne qui aurait besoin d'aide :

- Information sur la COVID-19 : 1 877 644-4545
- Consultation psychosociale (Info-Social) : 811
- Tel-jeunes : 1 800 263-2266
- Ligne Parents : 1 800 361-5085
- Ligne Aide Abus Aînés : 1 888 489-2287
- Info proche aidant : 1 855 852-7784
- SOS violence conjugale : 1 800 363-9010
- Prévention du suicide : 1 866 APPELLE (277-3553)

- 30 -

Source : Robert Desmarais,  
Directeur général MRC et CLD de Brome-Missisquoi  
450 266-4900 #228  
[rdesmarais@mrcbm.qc.ca](mailto:rdesmarais@mrcbm.qc.ca)