

LE CENTRE DE RESSOURCES POUR
LES FAMILLES DES MILITAIRES PRÉSENTE

Qu'est ce qu'un Gumboot?

SE PRÉPARER • SE DÉPLACER • ARRIVER • SE CONNECTER • S'INSTALLER • S'ÉPANOUIR



Suggestions et conseils utiles pour vous aider à vous installer dans la vallée de Comox,
sur L'île de Vancouver dans la belle province de la Colombie-Britannique.



Peut-être que c'est votre première mutation, peut-être pas. Peu importe le nombre de fois que vous avez déménagé, il y a toujours quelques surprises.



Vous êtes donc muté à
COMOX...

COMOX CRFM

Plusieurs des textes en caractères gras ou soulignés dans ce document ont des liens vers plus d'informations, n'hésitez pas à cliquer!

Ce document a été créé pour aider à éliminer certains des petits imprévus que la vie militaire peut parfois nous présenter. Le logement est possiblement votre première priorité, puis potentiellement la garde d'enfants, la sécurisation d'un emploi pour un(e) conjoint(e) civil ainsi que la paperasse associé aux déménagements. Les prochaines diapositives vous fourniront quelques conseils sur les éléments essentiels.

Il y a des suggestions pour rendre la vie insulaire un peu plus confortable pour vous et votre famille. Vous trouverez des renseignements sur la faune, la préparation aux conditions météorologiques, les loisirs ainsi que des suggestions de d'autres familles militaires qui habitent l'île de Vancouver.

À tout moment, vous pouvez écrire à info@comoxmfr.ca ou appelez le (250) 339 8290 pour plus d'informations

Vous cherchez des informations sur les médecins, les permis de conduire, les assurances, les installations de la 19e Escadre, les services et plus encore?

***Ressources pratiques pour bien s'installer en Colombie Britannique**



Options de logement - Soyons honnêtes

Ça peut être difficile d'acquérir une résidence ici dans la vallée de Comox, avec les prix de l'immobilier en hausse et les logements étant en forte demande. Dès que vous savez que vous serez mutés ici, communiquez avec l'Agence de Logement des Forces Canadiennes pour être ajouté à une liste d'attente pour une URL-unité de logement résidentiel. **ALFC COMOX**

Une simple recherche sur le Web vous fournira une liste d'agents immobiliers local. Il existe également des listes de logements à louer sur Craigslist, Kijiji, les groupes Facebook ainsi que sur les babillards communautaires autour du Centre de conditionnement physique et communautaire de la 19e Escadre.

Le terrain de camping Air Force Beach peut aussi avoir des ouvertures jusqu'à ce que vous soyez installé. D'autres terrains de camping dans la région sont énumérés ici: **Comox Valley Campgrounds**

INFO@COMOXMFR.CA

1-(250)-339-8290





TERRAIN DE CAMPING AIR FORCE BEACH



LA MÉTÉO SUR L'ÎLE

SOLEIL! PLUIE! NEIGE... PARFOIS.



Un imperméable de qualité est essentiel sur l'île de Vancouver, car nous voyons beaucoup de pluie en automne et en hiver. Nous recevons parfois de la neige en hiver. Vous n'aurez probablement pas besoin de votre souffleuse (mais si vous la garder, vous serez la vedette de votre quartier lorsqu'il neige). Vous aurez besoin d'une pelle ou deux.

Chaque hiver est différent, certains plus secs que d'autres. Habituellement, vous pouvez jouer au golf et skier dans la même journée. Investissez dans une bonne paire de bottes de pluie, également appelées "gumboots". Les combinaisons de pluie une pièce imperméables sont recommandées pour les petits et les font ressembler à des étoiles de mer qui gambadent au parc.

Les activités d'hiver, la musique, le théâtre, l'art, les programmes variés et événements spéciaux, sont ce qui vous aidera à passer le temps pendant les mois venteux et pluvieux.

Guide des programmes récréatifs Courtenay/Comox/Cumberland
Théâtre Sid Williams



ÉTÉS EXTRAORDINAIRES



Les étés insulaires peuvent être secs et il y a souvent des restrictions d'eau imposées ainsi que des interdictions de feu. Pour obtenir des renseignements sur les restrictions d'eau, veuillez communiquer avec **le district régional de Comox Valley**. La qualité de l'air peut également être un problème s'il y a des feux de forêt ou d'autres polluants atmosphériques dans la province. Pour des informations à jour sur la qualité de l'air dans notre région, cliquez **ICI**. La vallée de Comox est fière d'offrir une foule d'événements et de festivals incroyables. Ils ajoutent définitivement de l'éclat à la saison estivale! **BONUS:** Les moustiques sont RARES.

What's On Digest?

Canada Day Festivities

Filberg Festival

Nautical Days

Vancouver Island Music Festival

BC Seafood Festival

Elevate the Arts

Comox Valley Pride Festival

Rexspo - 19 wing Comox PSP

Comox Valley Exhibition

Cumberland Wild

Campbell River Events



Vous prévoyez déclencher des feux d'artifice?

Lisez **CECI** d'abord.

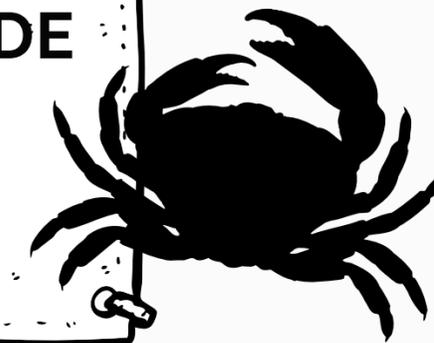




FAITS INTÉRESSANTS À PROPOS DE

COMOX

K'OMOKS - KOMOX



En 1853, sir James Douglas, gouverneur de l'île de Vancouver, remonta la côte de l'île de Vancouver à bord du SS Beaver et a reconnu le potentiel agricole de la région. En 1861, le lieutenant Richard Mayne de la Marine royale visita la région et écrivit sur les riches perspectives agricoles de la région, disant qu'il lui avait fallu un jour et demi pour marcher sur la terre « à travers laquelle une charrue pourrait être conduite de bout en bout ». La même année, le gouverneur Douglas publia une proclamation de terres et de peuplement pour la vallée de K'omox, dans l'intention de détourner les nouveaux colons de la région de Victoria ainsi que des champs aurifères de Cariboo nouvellement découverts. Il offrit des terres dans la vallée pour 1\$ l'acre et le transport gratuit à la région.

Source: CLIQUEZ [ICI](#)

C'est les étés chauds et secs, les hivers doux, les sols fertiles et la vie marine abondante, qui ont attiré les Premières Nations il y a des milliers d'années. Ils appelaient la région kw'umuxws, ce qui signifie abondant en Kwak'wala, la langue d'adoption du peuple K'omoks. Lorsque la région a été ouverte à la colonisation au milieu du 19^e siècle, elle a rapidement attiré des agriculteurs, une industrie du bois d'œuvre et de la pêche. Pendant plus de cinquante ans, le village est resté isolé du monde extérieur autrement que par bateau, jusqu'à la construction des routes et un chemin de fer pendant la Première Guerre mondiale. L'installation d'une base de l'armée de l'air près du village pendant la Seconde Guerre mondiale a apporté une nouvelle prospérité à la région. Ces dernières années, Comox est devenue une attraction touristique populaire en raison de sa bonne pêche, de sa faune, et du potentiel de jouer au golf à l'année. De Comox, vous pouvez facilement accéder au mont Washington, à Forbidden Plateau et au parc provincial Strathcona.



Attendez-vous à des cerfs à Comox. Ils sont une race plus petite appelée cerf à queue noire, une sous-espèce du cerf mulet. Ils adorent se mâcher un chemin à travers les cours arrières. Ils utilisent même les passages pour piétons!



La BFC de Comox a été établie en tant que base de la force aérienne royale en 1942.



La majeure partie de la vallée de Comox est une « **zone sans drone** »



Première Nation K'omoks



Selon les traditions culturelles de "L'île Comox," l'origine du peuple a commencé où les rivières Quinsam (kwaniwsam) et Campbell se rencontre. Mary Clifton, la dernière locutrice du dialecte de l'île Comox, a transmis l'histoire d'origine d'un homme nommé Shalhk'em et d'une femme nommée Tisitl'a qui « ont tombé du ciel » à kwaniwsam (Quinsam) dans l'actuelle Campbell River.

Avec eux, ils ont apporté le masque et les vêtements du Xwayxway et ensemble, sont devenus le premiers ancêtres du peuple de L'île Comox. Pour les descendants de Shalhk'em et Tisitl'a, kwaniwsam reste l'emplacement central dont le territoire s'étend vers la rivière Salmon au nord, Cap Lazo au sud, et les Îles de la mer des Salish (anciennement le détroit de Géorgie).

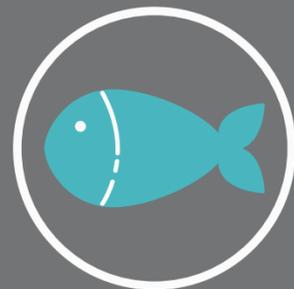
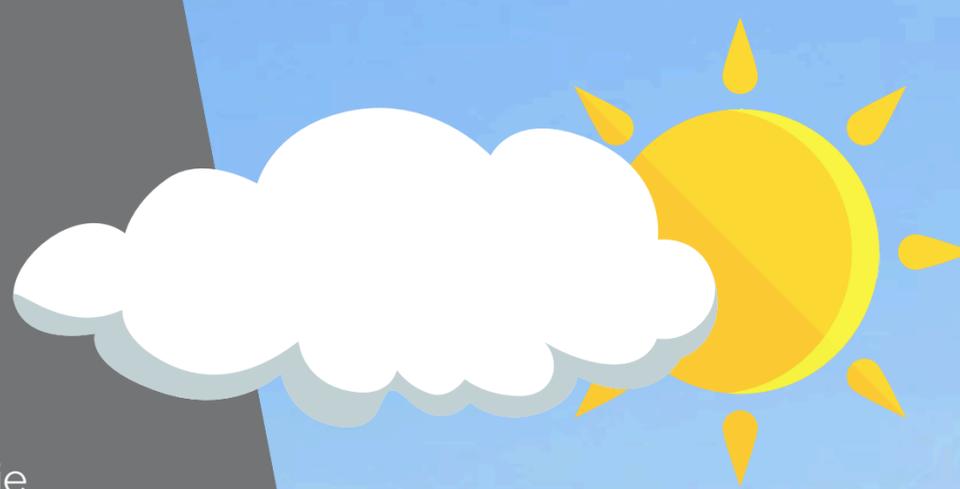
Pendant des milliers d'années les peuples autochtones occupaient le littoral de l'est de l'île de Vancouver dans un endroit appelé « la terre de l'abondance ». Cette terre d'abondance s'étendait de ce qui est connu aujourd'hui sous le nom de Kelsey Bay, au sud des Îles Hornby et Denman et comprenait le bassin versant et l'estuaire de la rivière Puntledge. Le peuple appelé aujourd'hui K'omoks, se désignaient eux-mêmes comme Sathloot, Sasitla, leeksun, Puntledge, Cha'chae et Tat'poos. Ils occupaient des sites à Kelsey Bay, Quinsam, Campbell River, l'île de Quadra, Kye Bay et le long de l'estuaire de Puntledge.

En tant que collectif culturel, ils se sont appelés « Sathloot », selon la regrettée Mary Clifton. L'histoire orale et l'archéologie décrivent une relation riche et abondante entre les K'omoks et Land of Plenty (terre d'abondance). Le saumon, le phoque, la pieuvre, le hareng, la morue, le cerf, les canards, les crustacés et une pléthore de baies remplissaient le ventre de tous..

Les technologies appliquées à la récolte, à la préparation et à la culture des ressources locales étaient adaptées à l'environnement, aux ressources et aux croyances spirituelles. Les déversoirs à poissons, les filets à canard, les techniques de cueillette des baies et la conception de vêtements répondaient aux besoins des K'omoks et, depuis des générations, fournissaient de la variété, de l'utilité et un sentiment d'unicité culturelle. Des danses masquées et des chants rythmés remplissaient les nuits et la saison d'hiver. La propriété a été distribuée aux invités dans des potlatches et des cérémonies de baptême élaborées honoraient les jeunes, les dirigeants et les aînés des communautés. Après le contact avec les Européens, les groupes du nord ont commencé à se déplacer vers le sud dans le territoire de K'omoks.

Une période de conflit a déplacé les K'omoks vers le sud, vers leurs parenté, les Puntledge. Suivies d'une période de politique et de pratiques coloniales, les familles K'omoks ont enduré des difficultés et la perte de terres, de ressources et de liens culturels. Les dirigeants modernes s'efforcent de reconquérir l'expression culturelle et la relation avec « le pays de l'abondance ». Aujourd'hui, les chefs des K'omoks sont Ernie Hardy (Sasitla), Allan Mitchell (Sasitla/Cha'chae) et George Cook (leeksun).

FAITS INTÉRESSANTS À PROPOS DE Courtenay



Les preuves archéologiques suggèrent qu'il y avait une colonie active de pêcheurs Salish côtiers, sur les rives de l'estuaire de la rivière Courtenay pendant au moins 4 000 ans. **Première Nation K'omoks.**



Courtenay s'est imposé comme un point chaud pour les découvertes en paléontologie. Des paléontologues professionnels et amateurs ont découvert des fossiles de la vie marine préhistorique à Courtenay, et la vallée de Comox est considérée comme le premier arrêt du Grand sentier canadien des fossiles. La première découverte paléontologique majeure à Courtenay a eu lieu en 1988 lorsque Mike Trask et sa fille ont découvert le premier fossile d'un élasmosaure d'il y a 80 millions ans sur les rives de la rivière Puntledge. **Musée Courtenay**



Le parc millenium Simms est un parc de 9 acres qui a été utilisé pendant la Seconde Guerre mondiale comme zone d'entraînement pour le débarquement du Jour J. **Parcs de Courtenay**



Il y a un certain nombre de célébrités de Courtenay:

- L'actrice de Sex and the City, Kim Cattrall
- Sarah Neufled du groupe Arcade Fire
- Spencer O'Brien, snowboarder olympique
- Byron Dafoe, Olaf Kölzig et Brett McLean de la LNH



Source: Wikipédia

FAITS INTÉRESSANTS À PROPOS DE Cumberland

Cumberland à les sentiers de vélo de montagne classés n° 1 sur l'île de Vancouver!



Le village s'appelait à l'origine Union, en Colombie-Britannique, d'après l'Union Coal Company, qui fut à son tour nommée en l'honneur de l'union de la Colombie-Britannique avec le Canada en 1871. La ville a été rebaptisée Cumberland en Grande-Bretagne par James Dunsmuir en 1891. Robert Dunsmuir a aidé à établir la ville en 1888 lorsque les premiers bâtiments ont été construits et que le village officiel a été formé.

Il y a beaucoup de vieilles maisons et structures d'entreprise encore intactes à Cumberland, et à un moment donné, Cumberland se vantait du deuxième plus grand quartier chinois de la côte ouest de l'Amérique du Nord.

La ville voisine d'Union Bay, qui était liée à l'industrie florissante du charbon à Cumberland, a toute une histoire. Plusieurs magasins desservaient la ville, y compris le grand magasin général Fraser et Bishop's, ayant une façade extravagante. Une nuit de mars 1913, le magasin général fut cambriolé par Henry Wagner, le « Hollandais volant » comme on l'appelait. Cette nuit-là, deux policiers, les gendarmes Westaway et Ross, sont entrés sur le pirate et son partenaire. Une fusillade s'ensuivit au cours de laquelle Westaway fut mortellement blessé. Ross, cependant, a réussi à s'attaquer à Wagner et à l'appréhender après un long et sanglant combat. Wagner fut rapidement pendu à Nanaimo. **Source: Wikipedia**

Préparation aux tremblements de terre

Soyez responsables, préparez-vous!

L'île de Vancouver borde la ligne de faille Juan de Fuca et est une zone sismique active. Assurez-vous de vous renseigner, vous et votre famille, sur le plan de préparation aux tremblements de terre de votre communauté locale. Nous vous suggérons également de créer un plan d'urgence pour votre famille qui comprend suffisamment de nourriture et de fournitures pour 72 heures.

Vous trouverez ci-dessous quelques liens utiles pour vous aider à démarrer.



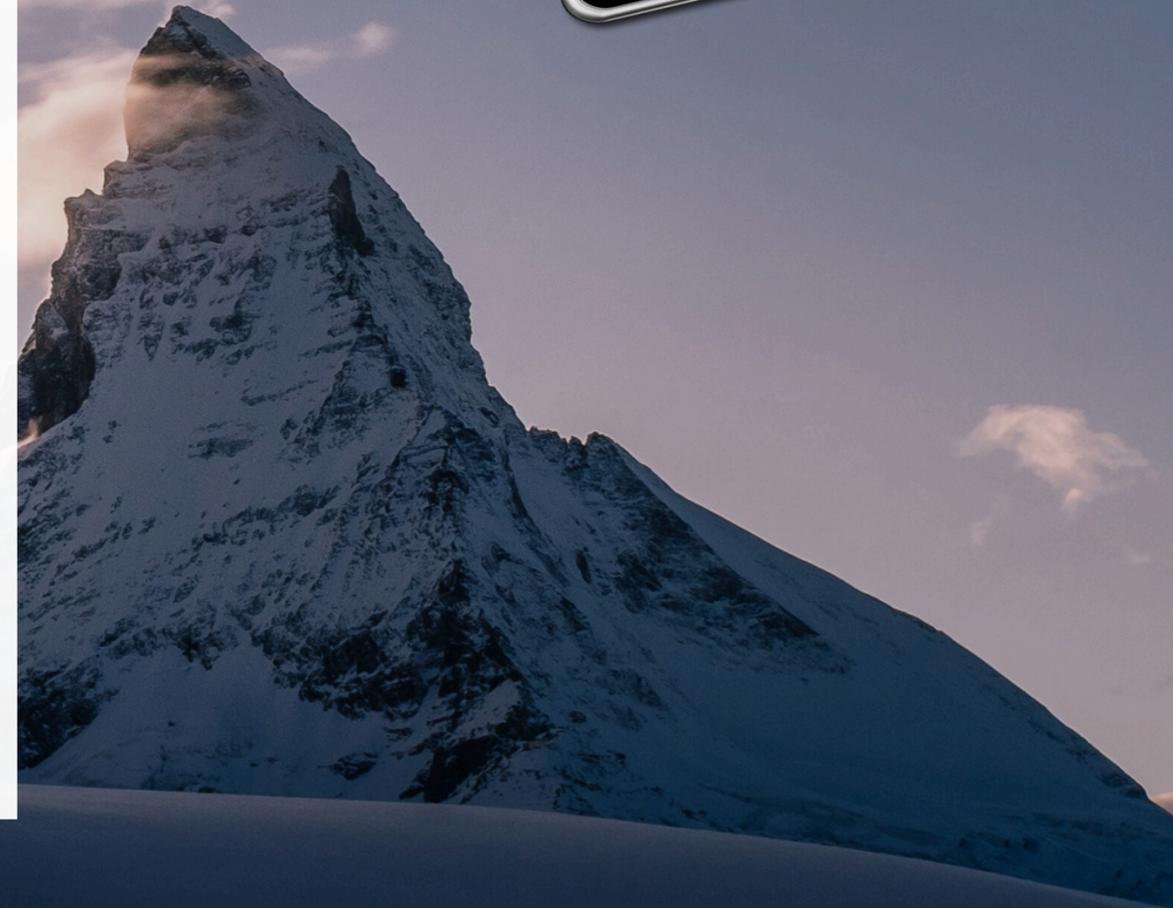
<https://www.crd.bc.ca/prepare-yourself>



[Courtenay.ca/emergencypreparedness](https://www.courtenay.ca/emergencypreparedness)



[Comoxvalleyrd.ca/services/emergency-management/emergency-preparedness](https://www.comoxvalleyrd.ca/services/emergency-management/emergency-preparedness)





SOYEZ CONSCIENT DES OURS ET DES COUGARS



- La Colombie-Britannique compte environ un quart de tous les ours noirs au Canada.
- Chaque rencontre avec un ours est unique. Aucune règle stricte ne peut être appliquée lors de la négociation avec une situation potentiellement complexe.
- Respectez tous les ours – ils peuvent tous être dangereux.
- Soyez vigilant. Ne vous approchez jamais d'un ours, ni des oursons en particulier. Évitez les conflits en pratiquant la prévention. Il n'y a pas de distance de sécurité minimale garantie par rapport à un ours – le plus loin, le mieux c'est.
- Photographier des ours peut être dangereux. Utilisez un téléobjectif longue portée.
- N'essayez jamais de nourrir un ours. Faites connaître votre présence en parlant fort, en applaudissant, en chantant ou en appelant occasionnellement.
- Recherchez les signes d'une activité récente des ours. Ceux-ci comprennent des excréments, des traces, des preuves de creusement et des marques de griffes ou de morsures sur les arbres.
- En savoir plus sur les ours. Anticipez et évitez les rencontres. Sachez quoi faire si vous rencontrez un ours.
- Les odeurs attirent les ours. Réduisez ou éliminez les odeurs de vous-même, de votre camp, de vos vêtements et de votre véhicule. Ne dormez pas dans les mêmes vêtements que vous cuisinez. Entrez correctement la nourriture, y compris la nourriture pour animaux de compagnie, afin que les ours ne puissent pas la sentir ou l'atteindre. Ne gardez pas de nourriture dans votre tente – pas même une barre de chocolat. Emballez toutes les ordures.

- Les rencontres entre les cougars et les humains sont extrêmement rares.
- Les enfants de moins de 16 ans sont les plus vulnérables à une attaque.
- Bien que les cougars soient plus actifs à l'aube et au crépuscule, ils chassent à tout moment du jour ou de la nuit en toutes saisons.
- Il est peu probable que les cougars attaquent un groupe. Évitez la randonnée seul.
- Restez vigilant. Si vous voyez des panneaux de cougar, quittez la zone. Les traces, les excréments, les arbres rayés et les caches de nourriture sont tous des signes de cougar. Les cougars urinent ou défèquent également sur des tas de débris forestiers pour marquer leur territoire. La présence de ces tas indiquent également la présence de cougars.
- Restez calme et gardez le cougar en vue. Venez chercher les enfants immédiatement. Reculez lentement, en vous assurant que l'animal a une voie d'évasion claire. Faites vous paraître aussi grand que possible. Ne courez jamais et ne tournez jamais le dos à un cougar.



<https://www.env.gov.bc.ca/bcparks/publications>
Cliquez le lien ci-dessus pour une brochure détaillée sur les cougars et les ours.



CHIENS, Chiots WOUF!



La vallée de Comox a beaucoup d'options pour les propriétaires de chiens! Nous abritons de nombreuses zones avec et sans laisse, une liste d'hôtels et restaurants acceptant les chiens, des options de pension et d'écoles de dressage. Voici quelques ressources utiles pour vous préparer, vous et votre compagnon à quatre pattes lorsque vous arriverez dans la vallée!

PARCS ET SENTIERS ACCEPTANT LES CHIENS

- Cumberland Dog Park - Un parc pour chiens clôturé situé dans le parc du village de Cumberland.
- Nymph Falls Regional Park, Tsolum Spirit, Royston to Cumberland Railway Trail et Eagles Drive - Tous sans laisse, à condition que les chiens soient gardés à proximité et sous contrôle. La plupart des sentiers de ces parcs sont polyvalents. Notez que les chevaux et les vélos peuvent s'approcher soudainement.
- Le parc Seal Bay a des zones désignées, soit avec ou sans laisse, respectivement. La laisse est nécessaire autour de la boucle des marais et sur les sentiers au bord de l'eau au large du chemin Bates. Les chiens doivent être en laisse d'avril à juin, car c'est la saison de la fauve et de la nidification.
- Consultez le site Web du district régional pour une liste détaillée avec cartes, d'encore plus d'endroits.
<https://www.comoxvalleyrd.ca/parks-recreation/parks-trails-beach-accesses/dogs-parks>

SERVICES VÉTÉRINAIRES & CHENILS

Services vétérinaires:

- Courtenay Veterinary Clinic
- Comox Valley Animal Hospital
- Balanced Paws Veterinary Care
- Puntledge Veterinary Clinic
- Van Isle Veterinary Hospital
- Sunrise Veterinary Clinic
- Shamrock Veterinary Clinic
- Raintree Veterinary Hospital
- Cumberland Veterinary Clinic
- Merville Tsolum Mobile Veterinary Health

Quelques services de chenils:

- Wishbone Pet Boarding
- Doggy Do Boarding Kennel
- Poochies
- Black Creek Boarding Kennel

PERMIS ET RÈGLEMENTS POUR CHIENS

- <https://www.comoxvalleyrd.ca/services/bylaws-bylaw-compliance/dog-licencing>.
- <https://cumberland.ca/dog-licenses/>
- <https://comox.ca/modx/faq>
- <https://www.courtenay.ca/EN/main/city-hall/permits-and-licensing/dog-licencing.html>

TOILETTAGE DE CHIENS

- [Thoughtful Paws](#)
- [Dodge City Groomers](#)
- [Courtenay Grooming Salon](#)
- [Far Fetched Grooming](#).
- [Hair of The Dog](#).
- [Studio 79 Dog Grooming](#).
- [Shakers Pet Grooming](#).



Gardez un œil sur les petits animaux domestiques, il y a beaucoup d'aigles ici !!

« TERRE D'ABONDANCE »



MARCHÉS AGRICOLES

Siefferts Farm Market

10h à 18h quotidiennement

720 Knight Rd Comox

Comox Valley Farmer's Market

9h à 13h, les samedis

- **Été:** Comox Valley Exhibition Grounds

4839 Headquarters Rd

- **Hiver:** Native Sons Hall

360 Cliffe Avenue, Courtenay

Cumberland Farmer's Market

10h à 13h les dimanches de

Juillet à septembre

Cumberland Village Square

Pier Street Farmer's Market

10h à 14h30 les dimanches - mai à septembre

Discovery marina, Campbell River



FERMES DE TOUTES SORTES

Shamrock Farm (shamrockfarm.ca)

2276 Anderton Rd, Comox - Vente de plantes en mai,

Fête de la lavande & fleurs en juillet, Fête de la

citrouille en octobre, fête d'hiver en décembre

Coastal Black Estate Winery (coastalblack.ca)

2186 Endall Road, Black Creek

Festival annuel de la citrouille, vin de fruits, cidre,

fruits, légumes et miel

Blue Haven Farm (bluehavenfarm.org)

2046 Idiens Way, Comox - Auto-ceuillette de bleuets,

crème glacée aux bleuets, sundaes, milkshakes et

yogourt glacé

Amara Farm

2641 Kirby Road, Courtenay - Bleuets, ail, tomates

cerises, légumes verts, carottes, navets à salade et

plants



Comox Valley Mushrooms (comoxvalleymushrooms.com)

3337 Fraser Road, Courtenay - Visites de fermes et ateliers

Innisfree Botanic Garden (innisfreefarm.ca)

3636 Trent Rd, Royston - Jardin botanique et ferme d'herbes

River Meadow Farms (rivermeadownursery.com)

3125 Piercey Ave, Courtenay - Pépinière

Berry Best Organic Farm

2156 Coleman Road, Courtenay - Fruits et légumes

McClintock's Farm 3419 Dove Creek Rd, Courtenay

Auto-ceuillette de baies et la laiterie de buffle d'eau

Windover Farm 3499 Dove Creek Rd, Courtenay

Victorian Acres Farm 3964 Dove Creek Rd, Courtenay -

bœuf, poulet, dinde et foin

Lentulus Farms

1300 Comox Rd, Courtenay - viande, œufs, pain au levain,

miel de fleurs sauvages et légumes

Tannadice Farms (tannadicefarms.com)

3465 Burns Rd, Courtenay - Bœuf, porc et poulet

Gunter Brothers (gunterbros.com)

6200 Ledingham Road - Bœuf, porc et poulet

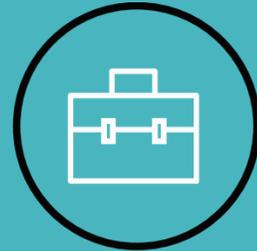
LE MARCHÉ DU TRAVAIL



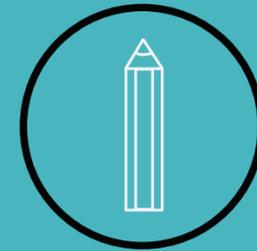
**Êtes vous
éducateur / éducatrice
de la petite enfance?**

La Garderie Kinnikinnik
à besoin de vous !!

Cliquez **ICI** pour postuler.



Professions à forte demande dans la
région côtière / île de Vancouver
([Work BC Stats](#))



Site d'emploi: Work BC Courtenay
<https://ceas.ca/comox-valley-job-bank>



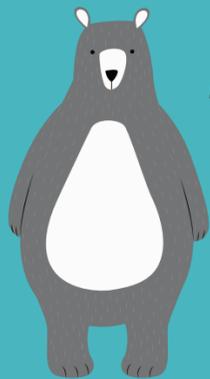
Site d'emploi: Indeed
<https://ca.indeed.com/jobs-in-Comox-Valley,-BC>



Qmmunity Works - spécifiquement destiné aux alliés et
aux personnes de la communauté LGBTQ2S+ pour obtenir
un emploi sûr <https://ethoscmg.com/qmunityworks>



TechWORKS Programme pour les jeunes
<https://ethoscmg.com/techworks/>



ASSURER UN EMPLOI STABLE



Work BC a des bureaux à Courtenay et à Campbell River. (Cliquez [ICI](#)) Ils fournissent un soutien au renforcement des compétences, support à la rédaction de curriculum vitae, lettre de présentation et la recherche d'emploi, et abrite un centre d'apprentissage informatique.

Le centre de conditionnement physique de la 19e Escadre dispose également d'un laboratoire informatique dont les membres de familles militaires peuvent utiliser gratuitement. Contactez le service à la clientèle du CRFM de Comox pour plus d'infos. Pour les cours d'éducation des adultes et la mise à niveau, consultez Campbell River et Comox Valley NIC, Excel Career College. ([North Island College](#))

Liens vers d'autres ressources utiles:

- [Spousal Employment Network](#)
- [Offres d'emplois avec CFMWS, FSR et le CRFM](#)
- [LIFT](#)
- [Comox Valley Chamber of Commerce](#)
- [Veteran Family Program](#)
- [Work BC Resources](#)

Francophone Support:

- [Association Francophone du Centre de l'île](#)
- [La Fédération des francophones de la Colombie-Britannique](#)
- [Welcome BC en français](#)
- [L'Annuaire des services en français en Colombie-Britannique](#)

LA GARDE D'ENFANTS ET LES JEUNES

Nourrissons / tout-petits, âge préscolaire et scolaire (5 à 18 ans)



La Garderie Kinnikinnik
et le Centre familial
de la 19e escadre



Autres options de
garde d'enfants et
les écoles



Programmes
pour les jeunes
dans la communauté



Le Centre de la petite enfance Kinnikinnik

Le Centre de la petite enfance Kinnikinnik offre des services de garde aux enfants de la petite enfance à l'âge de 5 ans. Des places à temps plein sont offertes dans les soins aux nourrissons et aux tout-petits, ainsi que dans le programme d'apprentissage des jeunes enfants (de 30 mois à l'âge scolaire)

**Pour plus d'informations, contactez le bureau à
250-339-8211 poste 252-7232**

Le bureau est situé au Centre familial de la 19e Escadre au 1473 Snowberry Ave, Lazo. Une trousse d'informations peut être ramassé à cet endroit.

Les places en garderie dans la vallée de Comox sont limitées. Nous vous recommandons fortement de vous inscrire sur plusieurs listes d'attente, dès que possible.

Cliquez [ici](#) pour en savoir plus sur
Le centre de la petite enfance



★ ÉCOLES DE LA VALLÉE DE COMOX ★

La vallée de Comox abrite une variété d'écoles fantastiques qui s'adressent à la fois aux familles anglophones et francophones. Il y a également des options postsecondaires au niveau collégial et universitaire.

Consultez les liens ci-dessous pour plus d'informations sur les écoles et les possibilités d'éducation dans votre région,



Commission Scolaire # 71

Comoxvalleyschools.ca

École Au Coeur de L'île - Commission Scolaire #93

aucoeurdelile.csf.bc.ca

North Island College

nic.bc.ca

Vancouver Island University

viu.ca



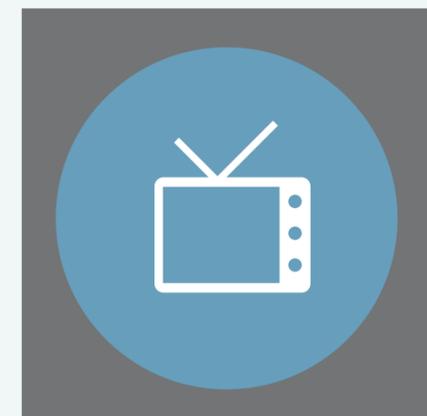
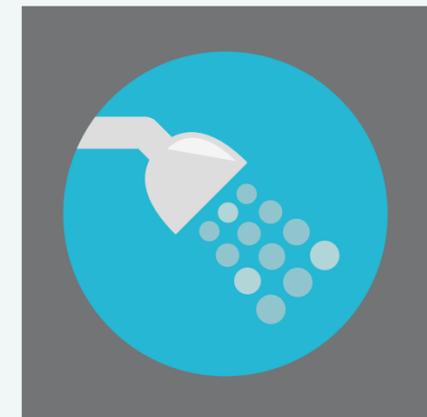
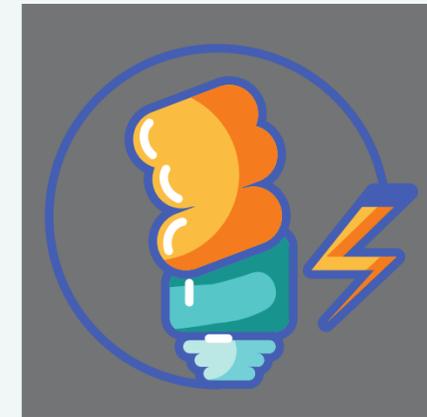
FOURNISSEURS DE SERVICES PUBLICS ET INFOS SUR LES DÉCHETS ET LE RECYCLAGE

Services Publics

- **Électricité:** B.C. Hydro
- **Gaz:** FortisBC
- **Huile:** Columbia Fuel et autres...
- **Cable:** Shaw et TELUS
- **Téléphone:** TELUS et Shaw (pour lignes fixes)
- **Internet:** Shaw et TELUS
- **Eau:** CRD

Déchets, composte et recyclage:

- Courtenay Curbside & Recycling Information
- Comox Curbside & Recycling Information
- Cumberland Curbside & Recycling Information
- Regional District Curbside & Recycling Information



CENTRE D'ACCÈS DE LA COLOMBIE-BRITANNIQUE ET BESOINS MÉDICAUX



La Colombie-Britannique a un régime d'assurance médicale qui couvre la plupart des coûts de santé. Nous avons également un programme de pharmacie financé par la province. Des services de santé privés sont également disponibles. Pour faire la demande pour votre carte de santé médicale de la Colombie-Britannique, veuillez cliquer [ici](#). Vous pouvez également visiter le centre d'accès de la C-B. au 2500, avenue Cliffe, Courtenay 250-897-7500



Bienvenue dans la vallée de Comox !! Après avoir déménagé ici, vous avez 90 jours pour changer votre permis. Vous pouvez conduire avec un permis valide existant, en attendant. Pour plus d'informations ou pour faire votre demande de permis de conduire de la Colombie-Britannique, veuillez cliquer [ici](#).

Ici, en Colombie-Britannique, ICBC est le fournisseur d'assurance conducteur. Il y a plusieurs courtiers d'assurance dans la vallée pour vous aider avec vos besoins d'assurance automobile. Pour plus d'informations, veuillez cliquer [ici](#).



Island Health fournit des services de soins de santé pour l'île de Vancouver et la vallée de Comox par l'entremise d'un réseau d'hôpitaux, de cliniques, de centres, de bureaux de santé et de centres de soins de longue durée. Pour plus d'informations sur les services de santé de l'île, veuillez cliquer [ici](#).



La vallée de Comox compte à la fois des médecins et des spécialistes. Il peut être difficile de trouver un médecin, ici dans la vallée de Comox. Vous trouverez ci-dessous quelques ressources pour vous aider dans votre recherche.

Le Réseau de médecins à l'intention des familles militaires aide les familles militaires à trouver un médecin local. Cliquez [ici](#) pour plus d'informations.

Health Connect Registry BC - aide les patients à trouver un médecin local. Cliquez [ICI](#) pour plus d'informations.

Si vous souhaitez plus d'informations veuillez contacter le coordonnateur des services d'informations et d'orientation communautaire à referral.information@comoxmfr.ca



La vallée de Comox abrite une variété de cliniques dentaires et orthodontiques. Il est préférable de faire des recherches sur les cliniques dans votre communauté et de les contacter au sujet de leurs services et de leurs options de régime dentaire.

Le Comox MFRC a une liste détaillée des cliniques dentaires acceptant des nouveaux patients et nous faisons de notre mieux de la garder à jour. Faites-nous savoir si vous souhaitez une copie envoyée par courriel.



La vallée de Comox dispose d'une variété de laboratoires médicaux. Pour une liste ou plus d'informations sur les emplacements des laboratoires, veuillez visiter le site de Island Health en cliquant [ICI](#) ou faites une recherche Google pour les laboratoires dans la vallée de Comox.



+ACCÈS À DES SOUTIENS POUR LES ENFANTS AYANT DES BESOINS SPÉCIAUX

Le CRFM de Comox est là pour vous aider à naviguer les ressources dans la vallée de Comox pour vous et votre enfant. Nous avons un document de ressources compréhensif décrivant quelques étapes utiles pour vous familiariser avec les informations dont vous avez besoin pour obtenir du soutien dans la vallée de Comox.

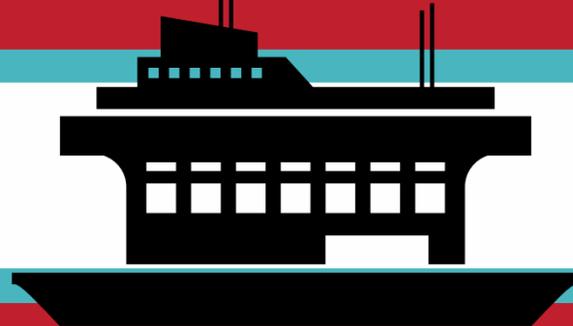


Dans ce guide, vous trouverez de l'information sur:

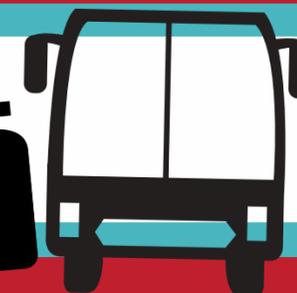
- Évaluations de la Colombie-Britannique
- Ressources et soutiens communautaires
- Pédiatres locaux
- Soutien scolaire et plans d'éducation individuels
- Ressources en ligne
- plus encore....

Laissez-nous savoir si vous voulez une copie électronique referral.information@comoxmfr.ca

Préférez-vous une séance individuelle avec l'agent de liaison familiale?
Appelez (250) 339-8290



TRANSPORT



Sur l'île, vous pouvez vous déplacer par la route ou l'eau. Les voyages à destination et en provenance de l'île, peuvent se faire par traversier ou en avion. La natation n'est pas recommandée car c'est un peu trop loin!

La vallée de Comox abrite de nombreuses entreprises de transport locales et façons de vous dégourdir les jambes dans les parcs ou tester vos pneus de vélo sur les nombreux sentiers forestiers profonds. Quels que soient vos choix, consultez les ressources et explorez la vallée de différentes manières!

Notez: La base militaire la plus proche de Comox est la base navale d'Esquimalt à Victoria - à 222 km (environ 3 heures de route).



BC Ferries
Traversiers



Comox Valley Airport
Aéroport



Comox Taxi
Ambassador Transportation
Joe's Taxi



Trail Forks (Cartes des sentiers)
Comox Valley Guide



BC Transit



Location D'auto **Budget**
Location D'auto **National**
Location D'auto **Enterprise**



NOS PARTENAIRES FANTASTIQUES

Le CRFM de Comox partage le Centre communautaire et de conditionnement physique à Lazo. Vous pouvez accéder aux supports du CRFM et du PSP en une seule visite!

Voici les liens vers certains de nos formidables partenaires communautaires de la 19e Escadre!



Programmes de soutien personnel



Programme pour les familles des vétérans



Canex Canada



SISIP Financier

Pour les dernières nouvelles de la communauté de la 19e Escadre, consultez le journal Totem Times!



SUIVEZ-NOUS ICI



FACEBOOK



[Facebook.com/comoxmfrc](https://www.facebook.com/comoxmfrc)

INSTAGRAM



[instagram.com/comoxmfrc](https://www.instagram.com/comoxmfrc)



ADRESSE POSTALE

Po Box 310, Lazo BC, VoR 2K0

ADRESSE COURRIEL

Renseignements généraux: info@comoxmfrfrc.ca

NUMÉRO DE TÉLÉPHONE

(250) 339 - 8290

Vous avez des questions? Besoin de ressources? Contactez-nous, nous sommes ici pour vous aider! Visitez le site Web CFMWS.CA pour plus d'informations et cliquez le lien pour notre [Livret de Bienvenue!](#)



Cliquez ici



*Nous vous souhaitons
chaleureusement bienvenue à Comox. !!*

Le CRFM de Comox reconnaît respectueusement que nous sommes
sur le territoire traditionnel non cédé de la Première Nation K'òmoks.

