



Dear friends and neighbours of River Ward,

January has always been a challenging month for me to get through. We made it. Now on to February, the shortest month, Winterlude, Valentine's Day and Black History Month.

Black History Month is a month dedicated to celebrate the many achievements and contributions of Black Canadians and their communities who, throughout history, have done so much to make Canada the culturally diverse, compassionate, and prosperous nation it is today.

If you are interested in learning more about Black history or local events to celebrate the month, please visit:

<https://www.blackhistoryottawa.org/>

<https://www.facebook.com/blackhistoryottawa/>

<https://bibliottawalibrary.ca/en/blogs/celebrating-black-history-month-library>

https://www.ocdsb.ca/news/a_day_of_celebration

A number of local events are also posted on the Eventbrite

website: <https://www.eventbrite.ca/d/canada--ottawa/black-history/>

Today is also Budget Day at City Council. The 2023 City Budget will be released and we will now commence a month-long consultation process that includes in-person and hybrid sessions, Councillor-led meetings, every Standing Committee, Board and Commission hosting meetings this month. This will come to fruition on March 1, when the Budget is expected to be ratified by City Council. I am co-hosting a community Budget session on February 7. See details below in the e-newsletter. In mid-January, I met with the Mayor, Acting City Manager and General Managers of Parks and Recreation as well as Public Works to discuss River Ward's Budget priorities: stable taxes, active transportation infrastructure, road paving, enhanced OC Transpo bus service, park amenity renewal, affordable housing and homelessness, as well as an increased focus to environmental initiatives, including lowering the overall GHG emissions emitted in our City.

February plans to be a very busy month. I am attending and hosting a number of events, please ensure you see the list below.

Take good care and get outside if you can and enjoy our beautiful ward.

Stay safe, Stay well

Riley Brockington

Public Consultations

2023 Draft Budget Public Consultation Hybrid Meeting

February 7 | 6:30 pm

Join Councillor Brockington, Councillor Carr, Councillor Bradley and Councillor Menard for the 2023 Budget Public Consultation. Your feedback will help inform the City's budget priorities and contributes to decisions about investments in services that you want and need.

In Person Location: Heron Road Community Centre, 1480 Heron Road

Join us virtually via Zoom . Please register here : bit.ly/2023DBPC

If you are unable to make it to this Hybrid meeting, you may submit feedback via a survey through Engage Ottawa : engage.ottawa.ca/city-budget-2023

The Ottawa Hospital Public Information Session

February 9 | 6:30PM

The City of Ottawa has received a Site Plan Application for the Ottawa Hospital. The subject application includes both the third and fourth phase of the Master Site Plan consisting of a Central Utility Plant with electrical, heating and cooling equipment (Phase 3) and the main Hospital building (Phase 4). The main Hospital building will consist of approximately 230,000 square metres of gross floor area comprising a two-storey podium, two towers (Towers A and B) which will house the majority of the patient rooms, and a Pavilion flanking the Main Entrance. The Pavillion will consist of meeting and conference rooms, an auditorium, retail

spaces, a cafeteria, and will connect to the weather-protected highline pathway across the top of the 4 storey parking garage. For more information please visit: [D07-12-22-0168](#)

Residents are invited to attend a virtual public information session via Zoom on February 9 at 6:30 pm where the applicant will present their application and answer questions. Those interested in attending may register [here](#).

3930 - 3960 Riverside Dr (St Mary's Development)

February 15 | 7:00 pm

Virtual Meeting

The City of Ottawa has received the applicants submission for a functional design in respect of their project located at Riverside Dr and Hunt Club. The development will comprise a total of 700 units (600 apartment units across 4 towers and a combination of 100 townhomes / single homes). The development will comprise a number of area improvements including traffic calming, MUP extensions and parkland improvements. Construction of the project will be done in phases, with the goal of beginning in 2024.

I am hosting a virtual public consultation in partnership with the developer and the city planner, with respect to this project.

Time: 7:00 pm

Registration: <https://tinyurl.com/yrdw4naf>

Stage Two - Trillium Line Public Information Session

February 16 | 7:00 pm

Virtual Meeting

You are invited to learn of the progress on the **Southern Extension**. This session will highlight the stations and rail service that will serve River Ward.

Time: 7:00 pm

Registration: <https://zoom.us/j/98958793456?pwd=aXQ1MjlMbK03cU1Mc1hKYkUyQ2Zzd09>

City of Ottawa Services

Ottawa Public Health Reminders

If you plan on visiting a loved one in a long-term care or retirement home, screen for symptoms, stay home if you feel sick, and if you feel well, wear a well-fitting mask during your visit. If you have any respiratory symptoms, remember to isolate until your symptoms have

been improving for 24 hours and wear a mask for 10 days after the start of symptoms. More information on isolation and mask wearing can be found on our website: OttawaPublicHealth.ca/IsolationInstructions

Neighbourhood Health and Wellness Hubs

We've updated our website! In collaboration with city and community partners, Ottawa Public Health offers free drop-in services to all residents of Ottawa at our accessible Neighbourhood Health and Wellness Hubs. Find updated information on our website: OttawaPublicHealth.ca/NeighbourhoodHubs

Key Takeaways

COVID-19 and RSV levels in the community are increasing and we continue to see high levels of Flu circulating in our community. A detailed breakdown of our monitoring indicators is updated weekly at OttawaPublicHealth.ca/FluReport

How to prevent frozen water pipes

While the City maintains the water infrastructure up to the property line, **it is the homeowner's and businesses' responsibility to maintain their plumbing and water service pipes.** Residents and businesses can protect the water service pipes on their private property, between the property line shut-off valve and the home or business, in a variety of ways:

- Proactively insulate pipes near exterior walls
- Ensure the indoor air temperature is kept above eight degrees Celsius in areas that contain water service pipes, especially near the water meter
- Visit ottawa.ca for additional tips to prevent frozen water service pipes

Assistance to Stop Smoking

January 15-21 marked the 46th annual celebration of National Non-Smoking Week (NNSW), which provides an opportunity to encourage people who smoke to consider joining thousands of others as they take their first steps to becoming smoke-free. Counselling and medication, such as nicotine replacement therapy (NRT) like the patch, is the best support recommended to anyone trying to quit. Here are a few services and supports that Ottawa Public Health recommends:

- **Telehealth Ontario** provides no cost and confidential smoking cessation service 24 hours, seven days a week. For help to quit smoking, residents can call Telehealth Ontario at 1-866-797-0000.
 - Residents can also sign-up online and get free NRT patches and gum mailed to them by joining [STOP on the Net | Nicotine Dependence Services](https://STOPontheNet.ca) (nicotinedependenceclinic.com) or [the Community Program | Ottawa Model](https://theCommunityProgram.ca)
-

[for Smoking Cessation](#) (ottawaheart.ca) by calling 1-888-645-5405 or by emailing omsc@ottawaheart.ca.

- For OHIP covered tailored quit plans and one-on-one support in a nurse led clinic, residents can register with the [Quit Smoking Program](#) by calling 613-696-7069 or emailing quitsmoking@ottawaheart.ca
- Your neighbourhood [Community Health Centre](#) (CHC) and many [Family Health Teams](#) (FHT) in the community also offer quit smoking counselling and/or no cost nicotine replacement therapy; while doctors, nurse practitioners and pharmacists can prescribe quit smoking medications.

What about vaping as a cessation aid?

There is a lack of evidence that using vapour products as a smoking cessation aid is effective. If a person does decide to use vaping products to quit smoking, counselling can help. They can reach out to one of the services listed above.

For more information about other resources to help Ottawa residents quit smoking, please visit Ottawa Public Health's website at www.ottawapublichealth.ca/quitsmoking.

Reduce Your Risk of Falling - Update from Ottawa Public Health

Anyone can fall. But as we age, our risk of falling becomes greater. The first step to avoiding falls is to understand what causes them. Poor balance, decreased muscle and bone strength, and winter snow and ice can increase your chance of falling. Staying safe and on your feet is a matter of taking some steps to protect yourself. For more information, visit Ottawapublichealth.ca

Here are some resources to help reduce your risk of having a fall.

- [You Can Prevent Falls!](#)
- [Winter Walking](#)
- [Strength and Balance Exercises](#)

Snow Removal - Canada Post Community Mailboxes

If you can't retrieve your mail from a community mailbox due to snow buildup, please request 'snow clearance' online by [creating a service ticket](#).



3811 North Bowesville Rd (Ottawa Hunt and Golf Club)

The Ottawa Hunt and Golf Club's site plan has been approved for their new one story maintenance facility (Agronomy building) on the south-east corner of their property, near Hunt Club Place. Construction will commence with site preparations beginning this month. A tree removal permit has been granted for the removal of trees to support building this new facility. Once the facility construction is complete, the landscape plan supports reinstatement of a number of trees surrounding the new facility.

864 Lady Ellen Place (Access Self Storage)

A site plan application has been submitted for 864 Lady Ellen Place to construct two new light industrial buildings. The four-storey and one-storey buildings will contain self-storage and warehouse uses. The subject property is located at the northernmost end of Lady Ellen Place. Currently located on the site is a three-storey office building. Those adjacent lots in the surrounding area which front onto Lady Ellen Place are largely comprised of two and three storey office uses. Similar light industrial uses are found within the abutting properties which front onto Laperriere Avenue and Churchill Avenue South. Building A (eastern building) is proposed to be four storeys in height with a gross floor area of 15,913m² (171,292ft²). The building will contain self-storage units on the upper floors and warehousing space on the ground floor. Ancillary administrative space for the self-storage use will also be partly located on the ground floor. Building B (western building) will be one storey in height and will have a gross floor area of 1,750m² (18,844ft²). The building is proposed to contain only self-storage units. Tree plantings along the eastern, western and southern edges of the property are proposed. Additional information about the application may be found here: <https://devapps.ottawa.ca/en/applications/D07-12-22-0175/detail>

The Ottawa Hospital - Current Construction

Construction is underway on the site of The Ottawa Hospital's new campus. The first phase of

construction includes building a parking garage. Preparatory work that requires access to the LRT trench, which crosses the site, is required before construction can begin on the parking garage. This preparatory work includes, but is not limited to, a geotechnical review, rock strength analysis, and overburden removal along both sides of the Trillium trench to accommodate possible future widening of the LRT track. Construction teams for the LRT (TNext) are currently working in this area. For health and safety reasons, the Ontario Ministry of Labour does not allow this work to take place simultaneously. As a result, work to prepare for the hospital's parking garage will take place between 6 pm and 6 am and began the week of January 23 for approximately 8 weeks.

During construction, TOH's sub-contractor, Tomlinson Group, will put all efforts into minimizing disruptions to the adjacent neighbourhoods. These efforts include measures to limit noise of the operation, including, but not limited to, white noise alarms on all heavy equipment and radio communication between employees to avoid the need to speak loudly on site. Residents are invited to attend a virtual public information session via zoom for the TOH Phase 3 and 4 site plan on February 9 at 6:30 pm. The applicant will present their application and answer questions. Those interested in attending can register in the [Public Consultations section](#).

780 Baseline Road (Lone Star Plaza)

A virtual public information meeting was hosted by Councillor Devine on January 12. I was pleased to attend as well and noted the numerous questions and comments provided by those in attendance. In the autumn of 2022, The City of Ottawa received a revised Zoning By-law Amendment application to construct three highrise apartment buildings at 780 Baseline Road, locally known as the Lone Star Plaza. The towers were originally proposed to be 25-29 storeys in height and are now 28-32 storeys. The number of units have been amended to increase from 868 to 998. The podiums have been reduced in height from 6 storeys to 4.

A new city park is proposed for 7 and 9 Hillard Avenue.

There continues to be community concern about the height and density, in addition to the strain on existing infrastructure related to this application.

There is still no date confirmed at this time for a Planning Committee hearing.

1345 Baseline Road (Scouts Canada)

The file is dormant at this time. I have called a meeting with the Applicant to understand where they stand on the property and their intentions.

1405 Baseline Road (Laurentian Plaza Development)

The original address for the Laurentian Plaza Development was 1357 Baseline, it has been changed to 1405 Baseline. The file has been approved and is under construction. The site is located on the north-east corner of Baseline Road and Clyde Ave. The development is a mixed-use building with a podium base and two 15-storey apartment towers. The towers will contain a total of 374 independent living dwelling units and 28 residential care rooming units. One tower will be intended for independent retirement living, the other intended for a retirement lifestyle requiring a higher level of service.

1186 Shillington Avenue - Site Plan Application Approved

The City of Ottawa has approved a site plan application going back to 2019 for the property located at 1186 Shillington Avenue.

The existing property is a 2-storey, low-rise apartment building that will see one additional floor added to the building, yielding another 8 apartment units.

You may learn more about this project here: <https://devapps.ottawa.ca/en/applications/D07-12-19-0142/details>

Committee of Adjustment

Wednesday, February 1, 6:30 PM

D08-01-22/B-00369, 1510, 1512 Chatelain Avenue

Request: To subdivide the property into two parcels of land to establish separate ownership for each half of the existing semi-detached dwelling.

Wednesday, February 15, 6:30pm

D08-01-23/B-00015 & B-00016, 1353 Kingston Ave

To subdivide the property into two separate parcels of land for the construction of a semi-detached dwelling.

Submit comments in writing by email, to cofa@ottawa.ca

For more information, please contact the Coordinator by e-mail at cofa@ottawa.ca or (613) 580-2436.



Rerouted Trillium Pathway at Dow's Lake now in place

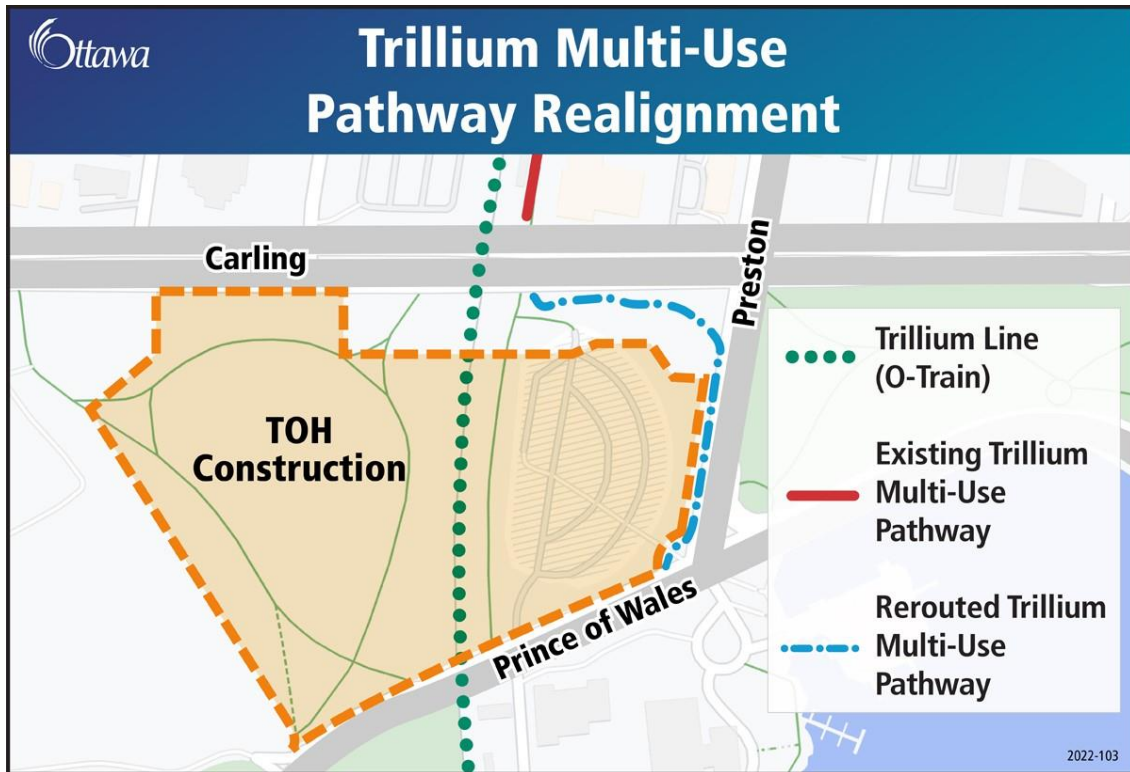
The Trillium Multi-Use Pathway is rerouted near the Dow's Lake area to facilitate construction activities on the site of The Ottawa Hospital's (TOH) new campus. The previous multi-use pathway traveled due south at Carling Avenue, adjacent to the rail corridor, and connected to Prince of Wales Drive.

The rerouted multi-use pathway takes the following route:

- East on the south side of Carling Avenue
- South at Preston Street, on the west side of the street
- Southwest along Prince of Wales Drive

Maintaining and continuing this popular active transportation link throughout construction is a priority with approximately 1,500 people using this multi-use pathway each day.

This initial multi-use pathway along Preston Street will temporarily be three metres wide for both cycling and pedestrian use, in addition to the existing narrow sidewalk. As the roadwork and signalized intersection improvements continue in 2024, so will the pathway and sidewalk be enhanced to 3.5 and 3-metre widths, respectively.



729 Ridgewood Ave - House to Home (Formerly Country Grocer)

What started in a residential garage as one good deed, quickly became a humanitarian project that currently occupies a 10,400 square foot warehouse. House to Home's dedicated team works together both on site and behind the scenes to organize estate pickups, sort boxes and bags of donated items, building bundles of kitchen ware, cleaning and household items, making sheet sets and gathering donations for new Canadians. Together, they have helped furnished the homes of almost 250 families since January 2022. You can make a donation to them by visiting their website.

<https://h2hottawa.com>



River Ward Movie Night

February 10 - Doors at 6:00PM | Showtime at 6:30PM

Bring your blankets, yoga mats, super hero costume, pajamas, slippers and join us for a family friendly movie and snackst! We will serve complimentary hot-dogs, movie snacks and juice!

Cost: Free

Location: Alexander Community Centre, 960 Silver Street

Feature Film: DC League of Super Pets (PG)

International Women's Day Speaker Series

March 7 | 6:30PM

I will be hosting my annual International Women's Day speaker event virtually via Zoom on Tuesday March 7, from 6:30pm to 8pm. Honoured Guest Speakers and Zoom link details to follow. If you would like to RSVP in advance, you may contact my office to leave your full name and email address to be added to the Zoom Registration list when it becomes available.

Hunt Club/Riverside Community Creative Art Club

For adults of all ages : bring your thoughts, inspiration, ideas and create with other like minded people from our community. Build a strong connection within yourself and with others.

Use a medium that works for you . Paint, Canvas, Wood, Coloured Pencils, and bring your own supplies from home. Note: Please no old school oil based paint or toxic materials.

Location: Hunt Club Riverside Park Community Centre, 3320 Paul Anka Dr

When: Every Wednesday from 10:00am – 12:00pm

Duration: February 1 2023 – May 24 2023

Cost: \$3 weekly drop in free

Have questions? Please contact Dianne at d.arts@bell.net

Planting For Success

Presented by the Nepean Horticultural Society - February 16, 7:30pm, \$4

If you wish to attend via Zoom, please contact WilsonJohns@rogers.com

Learn the new best practices for planting in our gardens.

Master Gardeners of Ottawa Carleton

Every year the [Friends of the Central Experimental Farm](#) (FCEF) partner with the [Master Gardeners of Ottawa Carleton](#) to offer timely and informative presentations.

1st lecture: March 7

How to Live With What Lives in Your Garden,
with Master Gardener Judith Cox

2nd lecture: April 4

[Getting Started, Taking Stock](#),
with Master Gardener Rebecca Last

Pricing:

FCEF members: [\\$45 for the series](#), or \$10 per individual lecture

Non-members: [\\$55 for the series](#), or \$12 per individual lecture

Master Gardeners of Ottawa Carleton: [\\$45 for the series](#), or \$10 per individual lecture

Registration is free for Master Gardeners in Training.

To save on lectures, [become a member of the Friends!](#)

[Click HERE to register!](#)



Chers amis et voisins,

Janvier a toujours été un mois difficile pour moi. Nous l'avons fait. Passons maintenant à février, le mois le plus court, le Bal de Neige, la Saint-Valentin et le Mois de l'histoire des Noirs.

Le Mois de l'histoire des Noirs est un mois dédié à célébrer les nombreuses réalisations et contributions des Canadiens noirs et de leurs communautés qui, tout au long de l'histoire, ont tant fait pour faire du Canada la nation culturellement diversifiée, compatissante et prospère qu'il est aujourd'hui.

Si vous souhaitez en savoir plus sur l'histoire des Noirs ou sur les événements locaux pour célébrer le mois, veuillez visiter :

<https://www.blackhistoryottawa.org/>

<https://www.facebook.com/blackhistoryottawa/>

<https://bibliooottawalibrary.ca/en/blogs/celebrating-black-history-month-library>

https://www.ocdsb.ca/news/a_day_of_celebration

Un certain nombre d'événements locaux sont également affichés sur le site Web d'Eventbrite :

<https://www.eventbrite.ca/d/canada--ottawa/black-history/>

Aujourd'hui, c'est aussi la journée du budget au conseil municipal. Le budget municipal 2023 sera publié et nous allons maintenant entamer un processus de consultation d'un mois qui comprend des séances en personne et hybrides, des réunions dirigées par des conseillers, chaque comité permanent, conseil et commission organisant des réunions ce mois-ci. Cela se concrétisera le 1er mars, lorsque le budget devrait être ratifié par le conseil municipal. Je co-organise une session de budget communautaire le 7 février. Voir les détails ci-dessous dans le bulletin d'information électronique. À la mi-janvier, j'ai rencontré le maire, le directeur municipal par intérim et les directeurs généraux des parcs et des loisirs ainsi que des travaux publics pour discuter des priorités du budget du quartier River : taxes stables, infrastructure de transport actif, pavage des routes, service d'autobus amélioré d'OC Transpo, parc le renouvellement des commodités, le logement abordable et l'itinérance, ainsi qu'un accent accru sur les initiatives environnementales, y compris la réduction des émissions globales de GES émises dans notre ville.

Février s'annonce comme un mois très chargé. J'assiste et organise un certain nombre d'événements, veuillez vous assurer de voir la liste ci-dessous.

Prenez bien soin de vous et sortez si vous le pouvez et profitez de notre belle salle.

Cordialement,

Consultations Publique

Consultation publique sur le projet de budget provisoire 2023 –

7 Février | 19 h 00

Réunion hybride

Joignez-vous au conseiller Brockington, au conseiller Carr, au conseiller Bradley et au conseiller Menard pour la consultation publique sur le budget 2023. Vos commentaires aideront à éclairer les priorités budgétaires de la Ville et contribueront aux décisions concernant les investissements dans les services que vous souhaitez et dont vous avez besoin.

Lieu En personne: Centre communautaire du chemin Heron, 1480, chemin Heron

Rejoignez-nous virtuellement via Zoom. Veuillez vous inscrire ici : www.bit.ly/2023DBPC

Si vous ne pouvez pas vous rendre à cette réunion hybride, vous pouvez soumettre un sondage via Engage Ottawa : engage.ottawa.ca/city-budget-2023

Séance d'information publique de L'Hôpital d'Ottawa

9 Février | 18 h 30

Séance Virtuelle

La Ville d'Ottawa a reçu une demande de réglementation du plan d'implantation pour L'Hôpital d'Ottawa. La demande comprend les phases 3 et 4 du plan directeur d'implantation, qui consistent à construire une centrale énergétique fournissant l'électricité, le chauffage et la climatisation (phase 3) et le bâtiment principal de L'Hôpital (phase 4). Le bâtiment principal de L'Hôpital totalisera une surface de plancher brute d'environ 230 000 m² et comportera un socle de deux étages, deux tours (tours A et B) abritant la plupart des chambres des patients, ainsi qu'un pavillon encadrant l'entrée principale. On trouvera dans ce pavillon des salles de réunion et de conférence, un auditorium, des locaux de vente au détail et une cafétéria. C'est

de là que l'on pourra accéder au garage de stationnement de quatre niveaux en empruntant le passage surélevé et abrité. Pour en savoir plus, veuillez consulter la page [D07-12-22-0168](#). Nous invitons les résidents à assister à une séance d'information virtuelle par l'entremise de Zoom, le 9 février, à 18 h 30. Le requérant présentera sa demande et répondra aux questions. Les personnes qui souhaitent participer à cette séance peuvent s'y inscrire [ici](#).

3930 et 3960 Riverside Dr (Saint Marie)

15 Février | 19 h 00

Séance Virtuelle

La Ville d'Ottawa a reçu la soumission des demandeurs pour une conception fonctionnelle à l'égard de leur projet situé à Riverside Dr et Hunt Club. Le développement comprendra un total de 700 unités (600 appartements répartis sur 4 tours et une combinaison de 100 maisons en rangée / maisons individuelles). Le développement comprendra un certain nombre d'améliorations de la zone, notamment l'apaisement de la circulation, les extensions du MUP et l'amélioration des parcs. La construction du projet se fera par phases, avec l'objectif de débiter en 2024-2025.

J'anime une consultation publique virtuelle en partenariat avec le promoteur et l'urbaniste, concernant ce projet.

Heure: 19 h 00

Inscription: <https://tinyurl.com/yrdw4naf>

Deuxième étape - Séance d'information publique sur la Ligne Trillium

16 Février | 19 h 00

Séance Virtuelle

Vous êtes invité à prendre connaissance des progrès de l'extension sud. Cette séance mettra en lumière les gares et le service ferroviaire qui desserviront le quartier Rivière.

Heure: 19 h 00

Inscription: <https://zoom.us/j/98958793456?pwd=aXQ1MjlMbK03cU1Mc1hKYkUyQ2Zzd09>

Services de la Ville d'Ottawa

Rappels de Santé publique Ottawa

Si vous visitez un proche dans un foyer de soins de longue durée ou une maison de retraite, surveillez vos symptômes, restez à la maison si vous êtes malade et, si vous vous sentez bien, portez un masque pendant votre visite. Si vous avez des symptômes de maladie respiratoire, isolez-vous jusqu'à ce que vos symptômes s'améliorent pendant 24 heures et portez un masque pendant un total de 10 jours après le début des symptômes. Vous pouvez trouver plus d'information à propos de l'auto-isolément et le porte d'un masque sur notre site web : SantePublique.ca/ConsignesdIsolément

Centres de santé et de bien-être de quartier

Nous avons mis à jour notre site web! En collaboration avec nos partenaires municipaux et communautaires, Santé publique Ottawa offre des services sans rendez-vous gratuits à tous les résidents d'Ottawa dans nos centres de santé et de bien-être de quartier. Trouver des informations à jour sur notre site web : SantePublique.ca/Centresdebien-être

Comment prévenir le gel d'un branchement d'eau

Bien que la Ville entretienne l'infrastructure d'eau jusqu'à la limite de propriété, **c'est aux propriétaires de résidences et d'entreprises qu'il incombe d'entretenir leur plomberie et leurs branchements d'eau.** Voici quelques conseils pour aider les résidents et propriétaires d'entreprises à protéger les branchements d'eau sur leur propriété, entre le robinet d'arrêt à la limite de la propriété et la résidence ou l'entreprise :

- Isoler préventivement les tuyaux près des murs extérieurs.
- S'assurer que la température de l'air à l'intérieur est maintenue au-dessus de huit degrés Celsius aux endroits où se trouve le branchement d'eau, surtout près du compteur d'eau.
- Rendez-vous sur la page ottawa.ca pour obtenir d'autres conseils sur la prévention du gel des branchements d'eau.

Accompagnement pour Arrêter de Fumer

Le 15 au 21 janvier, été la 46e célébration annuelle de la Semaine nationale sans fumée (SNSF), qui offre l'occasion d'encourager les fumeurs à envisager de se joindre à des milliers d'autres pour faire les premiers pas afin d'arrêter de fumer. Les conseils et les médicaments, tels que la thérapie de remplacement de la nicotine (TRN) comme un timbre cutané, sont le

meilleur soutien que nous puissions recommander à quiconque essaie d'arrêter de fumer.

Voici quelques services et soutiens recommandés Santé publique

Ottawa :

- **Télésanté Ontario** offre des services d'abandon du tabac gratuits et confidentiels, 24 heures sur 24, sept jours sur sept. Pour obtenir de l'aide pour arrêter de fumer, les résidents peuvent appeler Télésanté Ontario au 1-866--797-0000.
- Les résidents peuvent également s'inscrire en ligne et recevoir gratuitement des timbres cutanés et de la gomme (NRT) en rejoignant [STOP on the Net | Nicotine Dependence Services \(nicotinedependenceclinic.com\)](https://stoponthenet.ca/) (*anglais seulement) ou [le programme communautaire | Modèle d'Ottawa pour l'abandon du tabac](#) au 1-888-645-5405 ou par courriel à l'adresse suivante omsc@ottawaheart.ca
- Pour les plans d'abandon sur mesure couverts par l'Assurance-Santé de l'Ontario et le soutien individuel dans une clinique dirigée par un infirmier ou une infirmière, les résidents peuvent s'inscrire au [Programme d'abandon du tabac](#) en appelant 613-696-7069 ou en envoyant un courriel à quitsmoking@ottawaheart.ca.
- Le centre de santé communautaire (CSC) de votre quartier et de nombreuses équipes de santé familiale (ESF) de la communauté offrent également des conseils pour cesser de fumer et/ou une thérapie de remplacement de la nicotine sans frais; tandis que les médecins, les infirmiers/infirmières praticien(ne)s et les pharmaciens peuvent prescrire des médicaments pour arrêter de fumer.

Aperçu hebdomadaire et tableau de bord

Nos aperçus sur les virus respiratoires seront toujours diffusés sur les

canaux [Facebook](#), [Twitter](#) et [Instagram](#) de SPO et affichés sur notre site Web principal sur le COVID-19 à SantéPubliqueOttawa.ca/coronavirus. Veuillez consulter le tableau de bord : SantePubliqueOttawa.ca/rapportgrippe

Réduire votre risque de chute - Mise à jour de Santé publique Ottawa

Personne n'est à l'abri des chutes. Mais avec l'âge, le risque de chute augmente. Pour éviter les chutes, il faut d'abord en connaître les causes. Un équilibre fragile, des muscles et des os moins solides, une vue plus faible ou une oreille moins fine et des conditions non sécuritaires à l'intérieur et à l'extérieur du domicile sont des facteurs qui accroissent les risques de chute. Demeurer en sécurité sur vos deux pieds exige donc que vous preniez des mesures concrètes pour vous protéger. Pour de plus amples renseignements SantépubliqueOttawa.ca

Voici quelques ressources pour vous aider à réduire votre risque de chute.

- [Vous pouvez éviter les chutes!](#)
 - [Exercices de musculation et d'équilibre](#)
-

- [La marche en hiver](#)



3811 Chemin Bowesville Nord (Ottawa Hunt and Golf Club)

Le plan du site du Ottawa Hunt and Golf Club a été approuvé pour leur nouvelle installation d'entretien d'un étage (bâtiment Agronomie) située au coin sud-est de leur propriété, près de Hunt Club Place. La construction commencera avec les préparatifs du site à partir de ce mois-ci. Une permis d'enlèvement d'arbre a été accordé pour l'enlèvement d'arbres afin de soutenir la construction de cette nouvelle installation. Une fois la construction de l'installation terminée, le plan paysager prend en charge le rétablissement d'un certain nombre d'arbres entourant la nouvelle installation

864 Lady Ellen Place (Access Self Storage)

Une demande de plan d'implantation a été soumise pour le 864 Lady Ellen Place afin de construire deux nouveaux bâtiments industriels légers. Les bâtiments de quatre étages et d'un étage contiendront des espaces d'entreposage libre-service et des entrepôts. La propriété en question est située à l'extrémité nord de lady Ellen Place. Actuellement situé sur le site est un immeuble de bureaux de trois étages. Les lots adjacents dans les environs qui donnent sur Lady Ellen Place sont en grande partie composés de bureaux à deux et trois étages. Des utilisations industrielles légères similaires se trouvent dans les propriétés attenantes qui donnent sur l'avenue Laperrière et l'avenue Churchill sud. Il est proposé que le bâtiment A (bâtiment est) ait une hauteur de quatre étages avec une surface de plancher brute de 15 913 m² (171 292 pi²). Le bâtiment contiendra des unités de self-stockage aux étages supérieurs et des espaces d'entreposage au rez-de-chaussée. L'espace administratif auxiliaire pour l'utilisation du self-stockage sera également partiellement situé au rez-de-chaussée. Le

bâtiment B (bâtiment ouest) aura une hauteur d'un étage et aura une surface de plancher brute de 1 750 m² (18 844 pi²). Il est proposé que le bâtiment ne contienne que des unités d'entreposage libre-service. Des plantations d'arbres le long des limites est, ouest et sud de la propriété sont proposées. Des informations supplémentaires sur l'application peuvent être trouvées ici: <https://devapps.ottawa.ca/fr/applications/D07-12-22-0175/details>

L'Hôpital d'Ottawa

La construction est en cours sur le site du nouveau campus de L'Hôpital d'Ottawa. La première phase de construction comprend la construction d'un parking. Des travaux préparatoires nécessitant l'accès à la tranchée du SLR, qui traverse le site, sont nécessaires avant que la construction du garage de stationnement puisse débuter. Ces travaux préparatoires comprennent, sans toutefois s'y limiter, un examen géotechnique, une analyse de la résistance des roches et l'enlèvement des morts-terrains le long des deux côtés de la tranchée Trillium pour permettre un éventuel élargissement futur de la voie du TLR. Les équipes de construction du SLR (TNext) travaillent actuellement dans cette zone. Pour des raisons de santé et de sécurité, le ministère du Travail de l'Ontario ne permet pas que ces travaux aient lieu simultanément. Ainsi, les travaux de préparation du stationnement de l'hôpital se dérouleront entre 18 h et 6 h et débuteront la semaine du 23 janvier pour une durée d'environ 8 semaines.

Pendant la construction, le sous-traitant de L'HO, Tomlinson Group, mettra tout en œuvre pour minimiser les perturbations dans les quartiers adjacents. Ces efforts comprennent des mesures pour limiter le bruit de l'opération, y compris, mais sans s'y limiter, des alarmes à bruit blanc sur tous les équipements lourds et une communication radio entre les employés pour éviter d'avoir à parler fort sur le site. Les résidents sont invités à assister à une séance d'information publique virtuelle via zoom sur le plan de site des phases 3 et 4 de L'HO le 9 février à 18 h 30. Le candidat présentera sa candidature et répondra aux questions. Les personnes intéressées à y assister peuvent s'inscrire dans la section [Consultations publiques](#).

780 Chemin Baseline Rd (Lone Star Plaza)

Une réunion d'information publique virtuelle a été organisée par le conseiller Devine le 12 janvier. J'ai également été ravi d'y assister et j'ai noté les nombreuses questions et commentaires des personnes présentes. À l'automne 2022, la Ville d'Ottawa a reçu une

demande révisée de modification du Règlement de zonage pour la construction de trois tours d'habitation au 780, chemin Baseline, connu localement sous le nom de Lone Star Plaza. Les tours devaient initialement avoir une hauteur de 25 à 29 étages et sont maintenant de 28 à 32 étages. Le nombre d'unités a été modifié pour passer de 868 à 998. Les podiums ont été réduits en hauteur de 6 étages à 4. Un nouveau parc municipal est proposé pour les 7 et 9 avenue Hillard. La hauteur et la densité continuent d'être préoccupantes pour la communauté, en plus de la pression sur l'infrastructure existante liée à cette application. Il n'y a toujours pas de date confirmée pour le moment pour une audience du comité d'urbanisme.

1345, chemin Baseline (Scouts Canada)

Le dossier est en sommeil pour le moment. J'ai convoqué une réunion avec le demandeur pour comprendre où ils se situent sur la propriété et leurs intentions.

Le personnel de planification attend une nouvelle soumission du demandeur.

1405, chemin Baseline (Développement Plaza Laurentienne)

L'adresse d'origine du développement de base de Clyde était 1357 Baseline, elle a été changée en 1405 Baseline. Le dossier a été approuvé et est en construction. Le site est situé à l'angle nord-est de Baseline Road et Clyde Ave. Le développement est un bâtiment à usage mixte avec une base en podium et deux tours d'appartements de 15 étages. Les tours contiendront un total de 374 logements pour personnes autonomes et 28 unités de chambres pour soins en établissement. Une tour sera destinée aux résidences autonomes pour retraités, l'autre destinée à un mode de vie retraité nécessitant un niveau de service supérieur.

1186, avenue Shillington - Demande de plan d'implantation approuvée

La Ville d'Ottawa a approuvé une demande de plan d'implantation remontant à 2019 pour la propriété située au 1186, avenue Shillington.

La propriété existante est un immeuble d'appartements de faible hauteur de 2 étages qui verra un étage supplémentaire ajouté au bâtiment, ce qui donnera 8 autres appartements.

Vous pouvez en savoir plus sur ce projet ici : [Détails du demande d'aménagement - Recherche de demandes d'aménagement \(ottawa.ca\)](#)

Comité de dérogation

le mercredi 1er février, 18 h 30

D08-01-22/B-00369, 1510, 1512 ave Chatelain

Lotir la propriété en deux parcelles afin d'établir des titres fonciers distincts pour chaque moitié de la maison jumelée existante.

le mercredi 15 février, 18 h 30

D08-01-23/B-00015 & B-00016, 1353 ave Kingston

Lotir le bien-fonds en deux parcelles distinctes pour la construction d'une maison jumelée.

Envoyez vos commentaires écrits par courriel à l'adresse cded@ottawa.ca

Pour obtenir plus d'information à ce sujet, veuillez communiquer avec la coordonnatrice par courriel à l'adresse cded@ottawa.ca ou par téléphone au numéro 613-580-2436.



Déviation du sentier Trillium au lac Dow maintenant en place

Le sentier polyvalent Trillium est dévié près du secteur du lac Dow afin de faciliter les travaux sur le chantier du nouveau campus de L'Hôpital d'Ottawa.

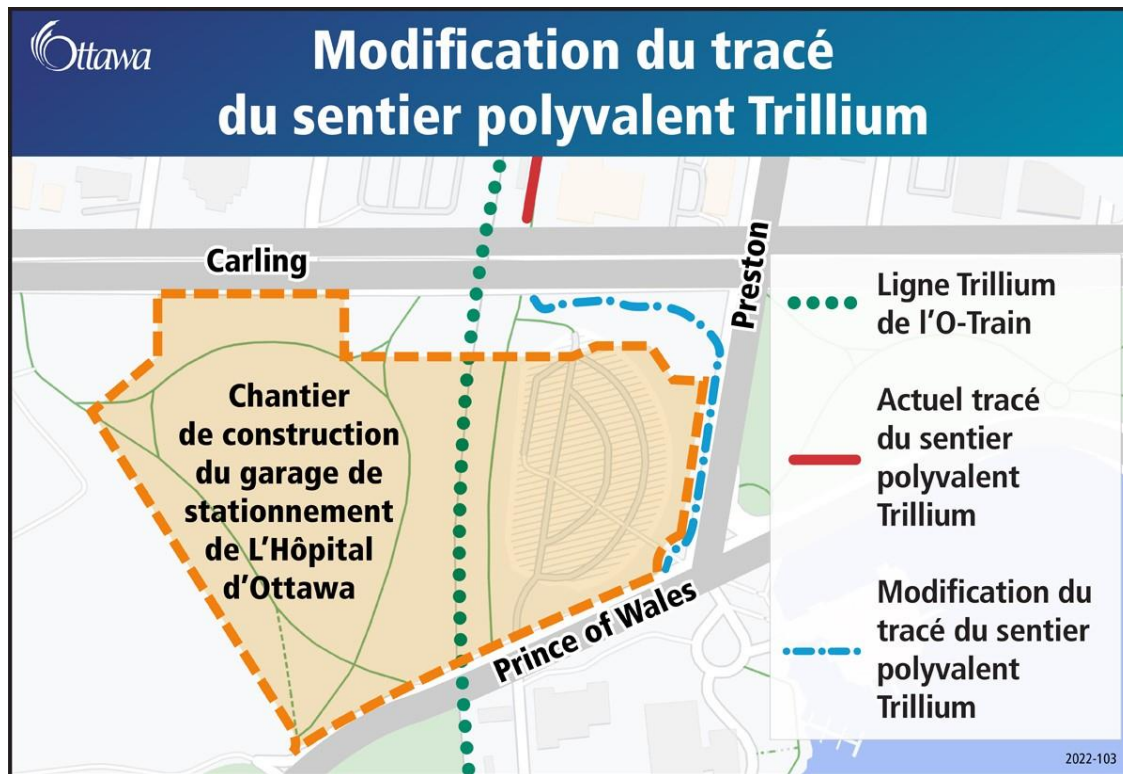
Auparavant, le sentier polyvalent d'origine longeait le côté sud de l'avenue Carling, adjacent au couloir ferroviaire, et rejoignait la promenade Prince of Wales.

Le sentier polyvalent a été dévié selon les itinéraires suivants :

- En direction est : du côté sud de l'avenue Carling
- En direction sud : du côté ouest de la rue Preston
- En direction sud-ouest : le long de la promenade Prince of Wales

La priorité est de conserver, pendant les travaux, cette liaison de transport actif populaire utilisée par environ 1 500 personnes quotidiennement.

La partie du sentier polyvalent d'origine le long de la rue Preston aura temporairement trois mètres de large (pour utilisation par les cyclistes et les piétons), plus le trottoir étroit actuel. Au fil des travaux routiers et d'amélioration des intersections à feux jusqu'en 2024, le sentier et le trottoir passeront respectivement à 3,5 mètres et à 3 mètres de large.



House to Home - 729 Ave Ridgewood (Anciennement Country Grocer)

Ce qui a commencé dans un garage résidentiel comme une bonne action est rapidement devenu un projet humanitaire qui occupe actuellement un entrepôt de 10 400 pieds carrés. L'équipe dévouée de House to Home travaille ensemble sur place et dans les coulisses pour organiser les ramassages de biens, trier les boîtes et les sacs d'articles donnés, construire des lots d'ustensiles de cuisine, de nettoyage et d'articles ménagers, fabriquer des ensembles de draps et recueillir des dons pour les nouveaux Canadiens. Ensemble, ils ont aidé à meubler les maisons de près de 250 familles depuis janvier 2022. Vous pouvez leur faire un don en visitant leur site web.

<https://h2hottawa.com>



Soirée cinéma dans le Quartier Rivière

10 février : portes ouvertes à 18 h 00 | Séance à 18h30

Apportez vos couvertures, tapis de yoga, costume de super héros, pyjamas, pantoufles et rejoignez-nous pour un film et une collation en famille ! Nous vous servirons gratuitement des hot-dogs, des collations de films et des jus!

Coût: Gratuit

Emplacement : Centre communautaire Alexander, 960, rue Silver

Film: DC League of Super Pets (PG)

Série de conférences à l'occasion de la Journée internationale de la femme

7 Mars | Séance à 18 h 30

J'organiserai mon événement annuel de conférenciers de la Journée internationale de la femme virtuellement via Zoom le mardi 7 mars, de 18h30 à 20h. Des conférenciers invités d'honneur et des détails sur le lien Zoom suivront. Si vous souhaitez confirmer votre présence à l'avance, vous pouvez communiquer avec mon bureau pour laisser votre nom complet et votre adresse courriel à ajouter à la liste d'inscription Zoom lorsqu'elle sera disponible.

Hunt Club/Riverside Community Creative Art Club

Pour les adultes de tous âges : apportez vos pensées, votre inspiration, vos idées et créez avec d'autres personnes partageant les mêmes idées de notre communauté. Construisez une connexion forte en vous-même et avec les autres.

Utilisez un média qui fonctionne pour vous. Peinture, toile, bois, crayons de couleur et apportez vos propres fournitures de chez vous. Remarque : veuillez ne pas utiliser de peinture à base d'huile à l'ancienne ou de matériaux toxiques.

Lieu : Centre communautaire Hunt Club Riverside Park, 3320 promenade Paul Anka

Quand : Tous les mercredis de 10 h 00 à 12 h 00

Durée : 1er février 2023 – 24 mai 2023

Coût : 3 \$ de dépôt hebdomadaire gratuit

Avoir des questions? Veuillez contacter Dianne à d.arts@bell.net

Planter pour réussir

Présenté par la Société d'horticulture de Nepean - 16 février, 19 h 30, 4 \$

Si vous souhaitez assister via Zoom, veuillez contacter WilsonJohns@rogers.com

Découvrez les nouvelles bonnes pratiques de plantation dans nos jardins.

Maîtres jardiniers d'Ottawa Carleton

Chaque année, [les Amis de la Ferme expérimentale](#) centrale (FCEF) s'associent aux [Maîtres jardiniers d'Ottawa Carleton](#) pour offrir des présentations opportunes et informatives.

1ère conférence : 7 mars 2023

[Comment vivre avec ce qui vit dans votre jardin](#)

avec le maître jardinier Judith Cox

2e cours : 4 avril 2023

Se lancer, faire le point,

avec le maître jardinier Rebecca Last

Tarification :

Membres FCEF : [45 \\$ pour la série](#), ou 10 \$ par conférence individuelle

Non-membres : [55 \\$ pour la série](#), ou 12 \$ par conférence individuelle

Master Gardeners of Ottawa Carleton : [45 \\$ pour la série](#), ou 10 \$ par conférence individuelle

L'inscription est gratuite pour les maîtres jardiniers en formation.

Pour économiser sur les conférences, [devenez membre des Amis](#) !

[Cliquez ici pour vous inscrire!](#)

Copyright © 2022-2026, City Councillor Riley Brockington, City of Ottawa, All rights reserved.

Droit d'auteur © 2022-2026, Riley Brockington, conseiller municipal de la Ville d'Ottawa. Tous droits réservés.

Our mailing address / Voici notre adresse postale

110 Laurier Avenue West, Ottawa, ON K1P 1J1

110, avenue Laurier Ouest, Ottawa (Ontario) K1P 1J1

To unsubscribe, please click [HERE](#).

Pour vous désabonner, veuillez cliquer [ici](#).

Want to change how you receive these emails?

You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#).