

SIDUS Express

Février 2018



MESSAGE DE VOTRE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Des nouvelles de votre CA

Pour débiter nous tenons à vous souhaiter une excellente année 2018 remplie de joie, mais surtout de santé et d'amour. Nous aimerions remercier chaleureusement Mme Lyne l'Africain qui a assuré l'intérim au poste de la direction générale au cours des 7 derniers mois et la meilleure des chances dans ses futurs projets.

À la suite du départ comme administrateur de Jimmy Desrochers, nous avons accueilli Stéphanie Morin comme nouvelle administratrice au sein de notre CA, bienvenue Stéphanie et au plaisir de travailler ensemble.

Au cours des derniers mois plusieurs dossiers ont continué de progresser. Votre CA a, entre autres, travaillé avec l'aide d'un consultant externe sur l'élaboration d'une politique de gouvernance afin de mieux établir les rôles et responsabilités de chacun. Cette politique sera terminée dans les prochaines semaines.

Le comité de réflexion et évaluation de notre service d'hébergement Marc-Simon formé de Martine Paradis, François- Xavier Schmitz-Lacroix et moi-même a également débuté ses travaux avec l'aide d'un étudiant au doctorat en service social. Nous solliciterons votre participation et vous tiendrons au courant tout au long de cette importante démarche.

Dans les semaines à venir, nous allons entamer une réflexion sur le bénévolat et la vie communautaire avec les différents acteurs de notre service Entre-Pairs afin de mieux répondre aux besoins actuels de vous les membres du MIELS-Québec. Votre contribution sera assurément sollicitée.

En terminant, nous souhaitons à chacune et chacun d'entre vous une joyeuse Saint-Valentin remplie d'amour, d'amitié et d'harmonie

Bon hiver à vous tous.

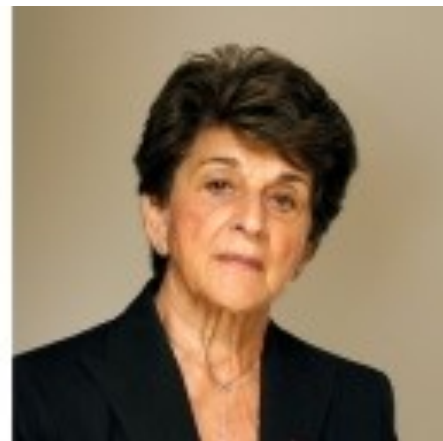
Le Conseil d'administration
par Martin Masson, président

À lire ce mois-ci:	Page
Conseil d'administration	1
Index	2
Hommage	3
Annonce : Brunch de Noël et Viva Glam	4
Article Info-VIH	5
Résultat de La Grande Guignolée des Médias	6
Message: Les avantages du bénévolat	7
Groupe de femmes	8
Groupe Les Aventuriers	9
Recette	10
Message : Participation à une recherche	11
Groupe d'achat	12
Banque alimentaire	12
Hébergement Marc-Simon	13
Répertoires des départements et fonctions	14
Notes	15
Calendrier : Février 2018	16

HOMMAGE

Madame Evelyn Farha

Nous avons appris avec tristesse, le décès de Madame Evelyn Farha. Cette femme au grand cœur, présidente d'honneur de la Fondation Farha qui aide les personnes atteintes du VIH/sida. Elle est décédée le 18 janvier dernier à l'âge 92 ans.



Le fils d'Evelyn Farha, Ron, alors âgé de 36 ans, lui apprend qu'il est séropositif. Avant de mourir, il a mis sur pied une fondation pour lutter contre le VIH_SIDA et a fait promettre à sa mère de continuer son travail. Mme Farha avait consacré « les 25 dernières années de sa vie à la communauté du VIH/sida ».

Sa fille Linda évoque une mère qui avait « beaucoup de pouvoir » et qui était le visage de la fondation. C'était une femme « très forte de caractère », qui avait à cœur d'informer les gens au sujet du VIH/sida. Elle se déplaçait dans les écoles pour aller à la rencontre des élèves et leur parler des méthodes de prévention.

Grace à son courage et à sa détermination, depuis 1992, plus de 10 millions de dollars ont été distribués par la fondation aux quatre coins de la province à 76 organismes. Les sommes recueillies servent à offrir des services aux personnes atteintes de la maladie, à la prévention et à sensibiliser la population.

Le MIELS Québec tient à rendre hommage et souligner l'apport inestimable de Madame Farha au sein de la cause dans la lutte contre le VIH-Sida, en offrant ses plus sincères condoléances aux proches de Madame Farha.

Annonce

BRUNCH DE NOËL

Bonjour,

Je viens vous parler du magnifique brunch du 28 décembre qui a eu lieu à l'organisme. Nous étions 40 personnes qui ont eu du plaisir avec les petits cadeaux des petits lutins.



Je tiens à remercier notre président Martin et les nombreux bénévoles qui ont été dans la cuisine et dans la salle à manger pour décorer.

VIVA GLAM



Suite à son grand succès l'an dernier, une nouvelle édition de la campagne Viva Glam se tiendra au Bar Le Drague pour une deuxième année consécutive. Viva Glam se traduit en une soirée d'autofinancement en collaboration avec la ligne de produits cosmétiques MAC qui a mis sur pied la campagne dans les années 94.

En 1994, afin de venir en aide aux personnes vivant avec le VIH/sida, la compagnie MAC a créé le rouge à lèvres Viva Glam (portant le nom de la campagne). Encore aujourd'hui, ce rouge à lèvres sert de méthode de financement. La totalité des profits est versée au « M·A·C AIDS Fund » servant à la lutte au VIH-sida dans les régions mal desservies.

L'année dernière, c'est plus de 4700 \$ que la soirée nous a permis d'amasser! Cette année, l'objectif est de 5 500,00 \$!

Nous sommes déjà impatients de pouvoir vous en dire davantage!

Serez-vous de la partie le 9 mars en soirée?

INFO-VIH

VIH info droits

Pour toutes questions juridiques concernant le statut sérologique au VIH

Créé pour défendre les droits des personnes vivant avec le VIH/sida, **VIH info droits** est un service d'information et d'accompagnement juridique dédié exclusivement aux questions en lien avec le statut sérologique au VIH d'une personne.

Pour nous contacter

Extérieur de Montréal (sans frais): 1 866 535-0481, poste 34
vih-infodroits@cocqsida.com

Qui peut avoir recours à VIH info droits?

- Les personnes vivant avec le VIH/sida
- Les intervenants des organismes membres de la COCQ-SIDA

Toute autre personne impliquée dans une situation où les droits des personnes vivant avec le VIH/sida sont concernés (personnel du réseau de la santé, syndicats, employeurs, intervenants sociaux ou communautaires, etc.)

Quels sont les services offerts?

- Information juridique personnalisée
- Explication des protections offertes par la loi
- Outils pour faire des choix éclairés
- Accompagnement des personnes vivant avec le VIH/sida et des intervenants dans leurs démarches auprès des acteurs concernés (instances gouvernementales et judiciaires, employeurs, professionnels de la santé, etc.)
- Référence à des ressources externes, si nécessaire.

Vous vous questionnez sur des sujets tels que :

- accès à des soins de santé
- accès et maintien en emploi
- accès à une assurance collective ou à un régime d'avantages sociaux
- conditions de prestations sociales
- confidentialité du statut sérologique (processus d'embauche, travail, soins de santé, etc.)
- réputation et atteinte à la vie privée
- dévoilement du statut sérologique aux partenaires sexuels
- voyages à l'étranger ou immigration



ACTIVITÉ

La Grande Guignolée des Médias



Résultats

S'unir partout au Québec pour récolter des denrées non-périssables et des dons en argent afin d'aider ceux dans le besoin, autant pendant les Fêtes et lors des mois plus difficiles qui suivent. Les mois de janvier et février représentent une période critique pour la majorité des banques alimentaires.

La pauvreté se cache souvent plus près qu'on le pense. Près de 10% des familles québécoises vivent sous le seuil de la pauvreté et ont faim.

Nous sommes fiers de vous annoncer que lors de la collecte du 7 décembre dernier, nous avons amassé:

1 712,47 \$

Au nom des 38 070 personnes qui ont besoin d'aide alimentaire chaque mois et au nom de l'équipe de Moisson Québec...

Merci MILLE FOIS!

Carelle Houde

Adjointe aux événements

MESSAGE

Donner et recevoir: 5 avantages du bénévolat

Voici 5 avantages du bénévolat... car en donnant, on reçoit.

Nos vies sont très occupées et il peut être difficile de trouver le temps de faire du bénévolat, mais les avantages en valent la peine.

1. Faire de nouvelles rencontres

- Le bénévolat offre une excellente façon de rencontrer des gens qui ont des intérêts similaires et se soucient des mêmes choses que vous. Cela vous permet également d'établir un contact avec des gens différents de ceux que vous croisez au quotidien. Ces rencontres enrichissantes peuvent mutuellement vous aider à vous épanouir.

2. Améliorer votre santé mentale

Le bénévolat offre de nombreux avantages tant pour votre santé psychologique que physique.

- Cela augmente votre confiance en vous en valorisant votre bon travail pour votre organisme et en rencontrant de nouvelles personnes.
- Cela peut aussi aider à combattre la dépression.

Le bénévolat vous permet de rester en contact régulier avec d'autres personnes et vous aide à développer un réseau de soutien sur lequel vous pouvez compter. Cela peut réduire le stress et la tristesse dans votre vie.

3. Stimuler le bonheur

Aider les autres peut amener le bonheur dans votre propre vie.

- Travailler en équipe dans un environnement consacré à aider autrui donne un sens à votre vie. Vous pourriez même découvrir que ce type de récompense vaut plus à vos yeux que toute forme de compensation financière.

4. Améliorer votre CV

En plus des valeurs humanistes offertes par le bénévolat, cela est également bon pour votre carrière.

- Les sociétés aiment embaucher des personnes intéressées à aider leur communauté et à avoir un impact positif sur le monde.

Cela vous donne également la chance d'accomplir des choses que vous n'auriez pas pu faire dans votre environnement de travail.

5. Amusez-vous!

Le bénévolat peut tout simplement rendre votre vie plus amusante!

GROUPE DE PAIRS

GROUPE DE FEMMES

Le groupe de femmes reprend ses activités en force avec un dîner au succulent buffet des continents.

Quand : **Le mardi 30 janvier**

Qui: Toutes les femmes, membres au MIELS-Québec, qui souhaitent y participer.

Quoi: Un dîner-causerie de 12h00 à 14h00 (approx.)

Où: Au Buffet Des Continents au 4250 1^{ère} Ave #26, Québec City, QC G1H 2S5 (Dans les galeries Charlesbourg)

Coût: Gratuit

Veillez communiquer avec moi au 418-649-1720 poste 111 pour vous inscrire . Au plaisir de vous y voir :)

Pier-Ann Roy, intervenante Entre-Pairs



**BUFFET
DES
CONTINENTS^{MD}**

GROUPES DE PAIRS



Chers Aventuriers!

L'aventure nous attend pour cette sortie du mois de février, car nous allons faire une randonnée de raquette dans le domaine de Robert B. qui se situe dans la belle région de St-Basile (45 min de Québec).

Le départ se fera du MIELS vers 9 h 30 le matin. La date de sortie est le jeudi 8 février 2018. Le coût de l'activité est de 5,00 \$.

Nous allons manger, style pique-nique, chez Robert. Le menu n'est pas encore choisi, alors si vous avez des suggestions, nous sommes ouverts à vos commentaires.

Voici la pensée positive du mois: « On ne peut être utile à soi sans l'être aux autres. Que nous le voulions ou pas, nous sommes tous liés, et il est inconcevable de ne réussir que son propre bonheur. Celui qui ne se préoccupe que de lui finit dans la souffrance. »

Dalai-lama

Bonne Saint-Valentin

Normand



RECETTE

Tarte aux tomates

• *Ingrédients*

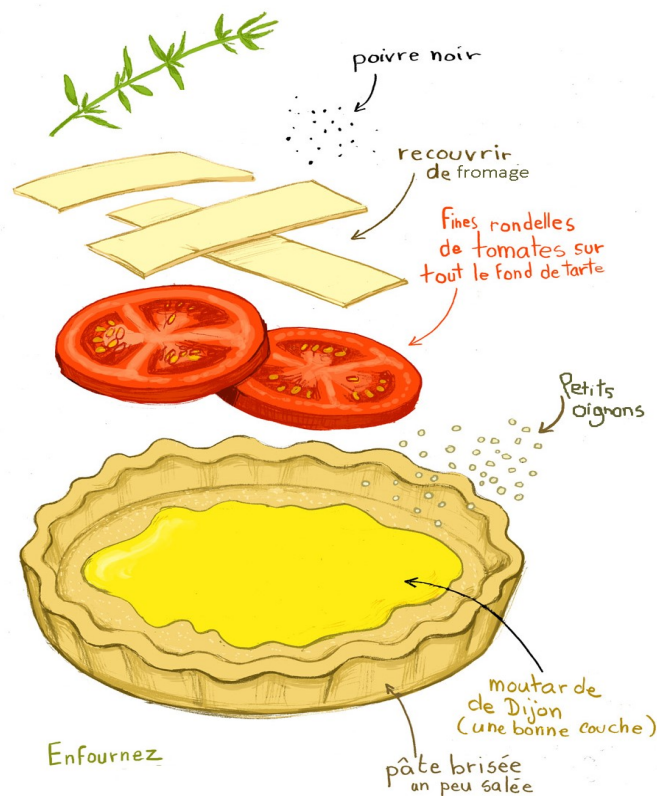
- 1 fond de tarte
- 1 cuillère à thé de moutarde forte/dijon
- 2 tomates en tranches
- ½ tasse de fromage râpé (au choix)
- 1 oignon émincé rôti
- Sel, poivre, basilic, origan

• *Préparation*

Tapisser les fonds de tarte de moutarde, étaler en étage tomates, fromage et l'oignon émincé. Sur le dessus, saler, poivrer et mettre les herbes.

Cuire au four à 350° pendant 35-40 minutes

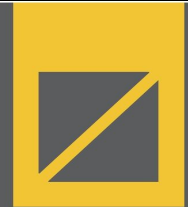
Stéphanie Gagnon



MESSAGE

RECHERCHÉ

Le projet de recherche *Comprendre la violence conjugale dans un contexte de séparation pour mieux intervenir : le cas des couples d'hommes* a été approuvé par le Comité d'éthique de la recherche de l'Université Laval (No d'approbation 2017-107/11-12-2017).



VOUS VOUS
RECONNAISSEZ
DANS CETTE
DESCRIPTION?

Vous vous identifiez comme homme

Vous avez vécu une relation intime
ou amoureuse avec un homme

Vous avez vécu, dans les cinq dernières années,
une séparation marquée par de la violence
(à titre d'auteur ou de victime)

Vous vous exprimez en français ou en anglais

NOUS SOUHAITONS
VOUS RENCONTRER!

Une équipe de chercheurs de l'Université Laval et d'autres universités, en collaboration avec des milieux de pratique, réalise présentement une étude pour mieux comprendre la violence dans les relations intimes entre hommes en contexte de séparation. Nous souhaitons rencontrer des hommes qui veulent en parler pour une entrevue individuelle d'environ 90 minutes.

Tout ce que vous aurez partagé sera traité de façon confidentielle et vous pourrez vous retirer de la démarche à tout moment.

Numéro sans frais :
1 800 567-1283
(composez le 2271 pour
laisser un message)

Par courriel :
cecily.tudeau.1@ulaval.ca

INTÉRESSÉ?

Pour participer ou pour avoir plus d'informations, contactez la coordonnatrice de la recherche, Cécily Tudeau.

Groupe d'achats

LE GROUPE D'ACHAT, le lundi 26 février 2018.

L'heure de la prise de commande est de 13 h 30 à 14 h 30.

- Fromage
- Fruits de mer
- Mets préparés
- Poisson
- Viande



Important : La date limite pour la commande de février de la Baratte est le : 26 février

Banque Alimentaire

L'ÉQUIPE DE BÉNÉVOLES VOUS ATTEND



Horaire :

La banque aura lieu les **19, 20, 21 et 22** février 2018
Entre 10 h 30 et 15 h 30.

Tarifs :

Personne seule : 11 \$ pour 30 \$ en bons d'achats
+ 25 \$ en denrées

Famille : 13 \$ pour 40 \$ en bons d'achats
+ 25 \$ en denrées



*Si vous ne pouvez pas vous présenter dans les plages horaires prévues, veuillez communiquer avec les bénévoles de la banque alimentaire au **poste 103**.*

Hébergement Marc-Simon

Pourquoi faire une demande d'hébergement ?

- Convalescence post-hospitalisation;
- Changement de médication (ex: début des ARV);
- Traitement hépatite C (en co-infection);
- Fatigue, perte de poids, symptômes dépressifs;
- Désir de se reprendre en main après une période de désorganisation.



Comment faire une demande d'hébergement ?

Adressez-vous à un intervenant du
MIELS-Québec
ou
communiquez au :
418 649-1720
poste 222 ou 223



*Au Plaisir de vous
accompagner dans vos
moments les plus
difficiles 😊*

L'équipe de l'Hébergement Marc-Simon (HMS)

Kathy Dubé, coordonatrice, par
intérim 418 649-1720, poste 222

Caroline Faucher, intervenante de jour
poste 223

Liza-Nicole Bélanger, intervenante de soir
poste 223

Joani Hamelin, intervenante de nuit
poste 223

Richard Payant et Gilles Bisson
Intervenants de fin de semaine, poste 223

Alyne Laflamme, Noémie Dubois-Comtois,
France Jolicoeur, Hubert Pelletier-Picard, et Gabrielle Poirier,
Philippe Mineau, Priscilla Légaré, Guillaume Tardif, Jessica Cyr
IntervenantEs sur appel

**** La présence d'un intervenant est assurée
24 heures/jour et 7 jours/semaine.**

Mouvement d'information et d'entraide dans la lutte contre le VIH-Sida 625, Avenue Chouinard, Québec, G1S 3E3	WWW.MIELS.ORG Téléphone : 418 649-1720 Télécopieur : 418 649-1256
---	--

Administration Accueil	Poste 201	Prévention	Poste
Marc Cloutier , directeur, dgmiels@miels.org	203	Louis-David Bourque , coordonnateur, prevention@miels.org	209
Marie-Hélène Guay , adjointe administrative, adjdir@miels.org	208	Maryane Tremblay intervenante aux projets jeunesse, brigade@miels.org	204
Richard-Thomas Payant , agent technique Agent-tech@miels.org	150	Patrick Labbé , intervenant HARSAH, info@prisme.org	205
Entraide	274	Justine Bélanger , intervenante de milieu, intrmilieu@miels.org	206
Sonia Blouin , coordonnatrice, maintien@miels.org	202	(Manue) Sarah-Emmanuelle Gauthier , intervenante de milieu, Lutte à l'itinérance, Intrmilieulogement@miels.org	210
Marylin Rochette , intervenante sociale intpsycho@miels.org			
Normand Bilodeau , intervenant « Entre-Pairs » intervenantprojets@miels.org	113	Sarah-Maude Fournier , dépistage Infirmière communautaire	221
Pier-Ann Roy , intervenante « Entre-Pairs » intvi comm@miels.org	111	LIGNE INFO-VIH et rendez-vous pour un dépistage : 418 649-0788	271
Stéphanie Gagnon , cuisinière, cuisine@miels.org	112	Milieu de vie	
Comité des membres cdm@miels.org	114	Salle Danielle Lévesque	151
Hébergement Marc-Simon		Cuisine	152
Kathy Dubé , coordonnatrice, Intérim ams@miels.org	222	CACI (ordinateurs pour les membres)	153
		Moisson	104
Intervenants (HMS) , intervenantsams@miels.org	223	Banque alimentaire , Michel D.	103

Sidus Express

Conception et mise en page : Pier-Ann Roy & Nicolas P.




*N'hésitez pas à me soumettre vos
Date de la prochaine tombée: 12 février 2018
commentaires ou suggestions.
Merci!*



MOUVEMENT D'INFORMATION
ET D'ENTRAIDE DANS LA LUTTE
CONTRE LE VIH-SIDA À QUÉBEC

FÉVRIER 2018

SVP, apportez vos sacs pour vos denrées de la moisson et de la banque alimentaire.

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
				1	2	3
4	5	6	7 MOISSON	8 Groupe Les Aventuriers	9	10
11	12	13	14 MOISSON Saint-Valentin 	15	16	17
18	19  1\$	20	21 MOISSON	22 Diner communautaire	23	24
25	26  1\$ GROUPE D'ACHATS	27	28 MOISSON	BANQUE ALIMENTAIRE		
				BANQUE ALIMENTAIRE		

Ensemble, préparons un monde
SANS SIDA ni VIH