

SIDUS Express

AVRIL 2019

MOT DE LA DIRECTION GÉNÉRALE



Bonjour à tous,

Comme nous vous l'avons annoncé dernièrement, certains changements ont été apportés en lien avec notre personnel. Dans le secteur prévention, Marc-André Gaudette se voit confié le poste d'intervenant HARSAH FICQ; Myriam Frédérique, quant à elle, occupera un nouveau poste, soit formatrice sur le VIH. Marc-André et Myriam étaient déjà en poste chez nous pour des contrats occasionnels. Il nous fait plaisir de les accueillir de façon permanente. Le dernier poste à combler, celui d'intervenant auprès des personnes utilisatrices de drogues, sera octroyé à un nouvel employé sous peu.

Dans la même suite, le Conseil d'administration avait donné son approbation pour la création d'un nouveau poste, soit agent de soutien bénévolat. Il nous fait plaisir de vous confirmer que le poste a été octroyé à Normand Bilodeau. Ce dernier est en poste chez-nous depuis quelques années déjà et a accepté de relever ce nouveau défi. Nos attentes et besoins en bénévoles sont grandissants et ce poste devient un enjeu majeur pour notre organisme. Ce poste au bénévolat demande un investissement très important de la part de notre organisme considérant qu'il n'est pas à ce jour couvert par une subvention. Nous sommes confiants que Normand saura relever ce défi de main de maître.

Ces changements sont plus souvent qu'autrement dictés par nos bailleurs de fonds. Sans entrer dans le détail, le poste ouvert et que Myriam occupe présentement provient de l'abolition d'un poste Entre-Pairs, celui que Normand occupait avec Pier-Ann; ces changements sont hors de notre contrôle. Ils nous obligent à revoir notre façon de faire dans le secteur des services communautaires. Vous pouvez être assuré que la quantité et la qualité des services seront maintenues. Nous prévoyons même augmenter de façon sensible nos activités ponctuelles pour contrer l'isolement vécu de plus en plus par nos membres.

Des bénévoles et des pairs aidants viendront assurer ces activités ponctuelles; de ce fait, notre organisme redeviendra de plus en plus un organisme communautaire plutôt qu'un organisme de services communautaires. C'est mon désir et c'est aussi le vœu de votre Conseil d'administration. Avec un peu de patience, beaucoup de persévérance, de courage et un brin de créativité, nous réussirons à pallier à ce besoin grandissant que celui de briser l'isolement et d'accompagner nos membres dans leur quotidien.

Sur ce, je vous souhaite un merveilleux printemps; il est mieux d'être merveilleux, nous l'avons mérité !

Cordialement,

Roland Nadeau
Directeur général.

À lire ce mois-ci:	Page
Mot de la direction générale	1
Index	2
Message du responsable des services aux membres	3
Renouvellement de membership	4
Mot de l'agent de soutien au bénévolat	5
Départ d'une employée	6
Départ d'un employé	7
Activité du groupe Les Aventuriers	8
Activité du groupe Des Femmes	9
5 à 7 Soirée reconnaissance des bénévoles	10
Informations prévention + vie communautaire	11
Informations importantes	12
Le groupe d'achats + La banque alimentaire	13
Maison d'hébergement Marc-Simon	14
Répertoire et fonctions	15
Calendrier Avril 2019	16

MESSAGE

MESSAGE DU COORDONNATEUR DES SERVICES COMMUNAUTAIRES

Le printemps

Pâques c'est le printemps : les bourgeons sortent, les fleurs éclosent, les oiseaux reviennent; c'est la vie qui recommence....

On ne peut que dire merci à la vie pour l'été qui revient, avec ces journées de douceur et de lumière qui seront si bonnes, donnant à chaque visage une beauté toute neuve, balayant la tristesse et rendant nos cœurs légers.

Pour plusieurs, le mois de mars c'est aussi le temps des sucres! L'érable a fait du printemps une fête avec son eau sucrée, réunissant annuellement familles et amis. Dans la culture traditionnelle, mars est la saison la plus favorable aux amours : la randonnée à l'érablière, les promenades en raquettes, le repas en plein air ou la soirée à la cabane sont autant de moments propices aux rencontres.

À MIELS-Québec, cette année, nous poursuivrons cette tradition : se rassembler autour d'une même cause, avec des repas, des partages et des sourires. Le retour du soleil appelle le réveil de la nature et sa métamorphose. Quand arrive le printemps, je me sens revivre et j'aime voir la vie renaître. Il en est ainsi aussi dans nos vies; parfois nous sommes désespérés, mais si nous gardons espoir, espoir que nous retrouvons au MIELS-Québec, notre désespoir peut se changer en Joie !

Bon printemps à tous.

André Larose
Coordonnateur des Services Communautaires
maintien@miels.org
418-649-1720 #202



« Notre destin ressemble parfois à un arbre fruitier en hiver,
et pourtant, qui douterait qu'au printemps,
ses branches reverdiront et fleuriront à nouveau. »

Johann Wolfgang Von Goethe

MEMBERSHIP

RENOUVELLEMENT DE VOTRE MEMBERSHIP

Le temps de renouveler votre statut de membre est déjà arrivé.



Voici ce que vous devez faire pour renouveler votre membership:

- 1-Payer votre **cotisation** annuelle (un minimum de 5\$ est suggéré).
- 2-Nous informer de tous changements de **coordonnées** (adresse, téléphone);

Si vous souhaitez utiliser les services de la banque alimentaire et Moisson Québec, vous devez présenter une des **preuves de revenu suivantes:**

Avis de cotisation 2018

Pour les personnes à l'aide sociale, l'avis de dépôt mensuel qui accompagne la carte de réclamation.

N.B. Vous n'avez pas à nous fournir de preuve de revenu si vous n'utilisez pas ces services.

Vous pouvez faire votre renouvellement de membership en personne auprès d'un employé du secteur des services aux membres. Il est également possible de nous faire parvenir votre preuve de revenu par courriel (intviocomm@miels.org) ou par télécopieur (fax) au 418-649-1256 en nous informant de tous changements de coordonnées (à l'attention de Pier-Ann Roy).

*****Vous devrez avoir renouvelé votre membership si vous souhaitez exercer votre droit de vote à l'AGA du MIELS-Québec au mois de juin.**

Bon printemps!

BÉNÉVOLES

Un gros merci aux bénévoles qui s'impliquent au quotidiens pour MIELS-Québec.

Chaque jour, j'ai le privilège de côtoyer des « bénévoles magnifiques ». Vous vous présentez, jour après jour, souriants, motivés et contents d'être parmi nous. Par vos gestes de volontariat, vous êtes des fidèles ambassadeurs d'entraide et de savoir-être.

Merci de nous montrer jour après jour que c'est en étant présent à l'autre que l'on donne un sens à ce que l'on appelle la solidarité. C'est ici que votre implication bénévole prend un double sens:

« **faire du bien, fait du bien** ».

Le bénévolat n'est pas seulement un don de soi, c'est aussi une ressource humaine indispensable et essentielle, créatrice de liens sociaux qui humanise encore plus notre organisme communautaire. Votre implication parmi nous est tellement appréciée! Vous faites une différence!

Je tenais à vous exprimer toute ma gratitude et mon admiration car vous êtes pour moi un exemple de dévouement et de générosité. C'est avec plaisir que je vous côtoie jour après jour. Merci de nous consacrer ainsi votre temps libre!

Je félicite également tous les efforts que vous faites pour faire de votre implication bénévole une partie importante de notre rétablissement. C'est touchant et motivant de vous voir.

J'ai accepté le poste d'agent de soutien au bénévolat au MIELS-Québec. J'aimerais vous dire que votre contribution est indispensable pour notre équipe. Merci d'être un complément indispensable à notre intervention. Sans vous et votre énergie, MIELS-Québec ne serait pas ce qu'il est.

Bravo à vous tous pour votre implication

Normand Bilodeau, Agent soutien au bénévolat



DÉPART D'UNE EMPLOYÉE

Chers Membres et Collègues,

Après plus de 12 belles années passées au sein de la grande famille du MIELS-Québec, je vous écris ce simple mot, mais pénible à écrire, pour vous dire au revoir.

Je quitte MIELS-Québec pour vivre de nouvelles aventures et relever de nouveaux défis. Décision qui n'a pas été facile à prendre mais qui me permettra de poursuivre ma quête personnelle.

Je tenais à vous dire que j'ai vécu une merveilleuse histoire riche et touchante à vos côtés. La Vie m'a offert le privilège de côtoyer dans mon quotidien des gens de cœur et j'en suis très reconnaissante. Ce changement, même s'il est voulu et stimulant, me remplit d'émotions pendant que j'écris ce petit mot.

J'ai apprécié chaque moment passé avec chacun de vous. J'ai fait de magnifiques rencontres, enrichissantes humainement et professionnellement et j'en ressors grandit.

Je vous souhaite à toutes et à tous une bonne continuation. J'espère que vous saurez garder la joie de travailler ensemble pour cette noble cause dans un bel esprit d'équipe où règnent la bienveillance et l'entraide mutuelle.

Je poursuis ma route avec la tête pleine de beaux souvenirs.

Avec tout mon amour,

Kathy Dubé

Merci

· B E A U C O U P ·



DÉPART D'UN EMPLOYÉ

Bonjour à tous,

Bien que vous êtes, sans doute, tous (ou presque) au courant, je tiens à vous écrire ce petit mot pour vous annoncer mon départ du MIELS-Québec.

En effet, cette décision a été prise en accord avec la direction. La raison de cela réside dans le fait que le mandat qui m'a été confié ne me convenait pas pleinement. Cela faisait donc en sorte que j'éprouvais de la difficulté à atteindre les objectifs fixés.

Cela m'a rendu triste, car j'ai énormément apprécié le temps passé en votre compagnie. J'ai aimé échanger avec vous "autour" de la machine à café ou à l'extérieur en train de fumer une cigarette. J'ai pu entrer en contact avec des personnes intéressantes de par leur cheminement malgré la maladie.

Votre force de caractère et votre résilience m'ont constamment impressionné tout au long de mon séjour au MIELS-Québec. Cela m'a rappelé que, malgré tout, on peut continuer à avancer lorsqu'on est bien entouré.

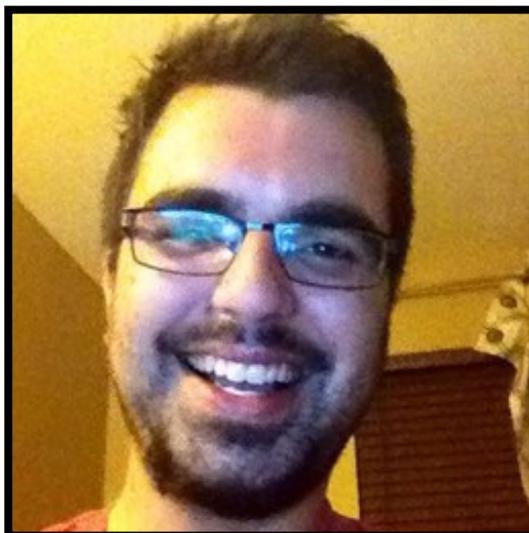
Je vous souhaite de continuer à avancer, un jour à la fois, et de rester forts malgré toutes les embûches qui pourront se mettre en travers de votre chemin. Je me souviendrai de vous très, très, très longtemps.

Je vous aime !

Au plaisir de se revoir quand je viendrai faire un petit tour,

Sincèrement,

Marco



ACTIVITÉS

Bonjours à tous les Aventuriers,



Nous allons débiter notre 7ième saison d'activités par notre annuel **souper spaghetti au MIELS-Québec , un 5 à 7, le jeudi 25 avril 2019.**

Félicitations à tous ceux qui ont participé aux activités et partagé de très beaux moments entre nous.

Nous allons faire notre bilan des activités 2018-19. Une belle occasion de partager nos satisfactions et insatisfactions de notre programme d'activités.

De plus, c'est lors de cette rencontre que nous allons déterminer notre programmation pour le calendrier des activités des mois de mai 2019 à mars 2020. S'il y a des activités qui vous intéressent n'hésitez pas à nous en faire part.

Je vous laisse avec la pensée du mois : « "Pour moi, il n'y a que d'heureux présages, car quoi qu'il arrive, il dépend de moi d'en tirer du bien." Epictète

Bons plaisirs au quotidien.

Normand Bilodeau



ACTIVITÉS

Bonjour à vous toutes chères membres du Groupe des Femmes,

HA HA HA !

Pour le mois d'avril, **je vous propose la découverte de la rigolothérapie** ou mieux connu sous le nom de « la thérapie du yoga du rire ». Le yoga du rire n'a absolument rien à voir avec le yoga conventionnel.

Le concept du yoga du rire est basé sur le fait que le corps ne fait pas la différence entre un rire spontané et un rire provoqué. Les gens en retireraient ainsi les mêmes bienfaits physiologiques et psychologiques. Ceci permettrait aux personnes de se sentir plus énergique et en meilleure santé au niveau de l'état d'esprit et du mieux-être physique.

Joignez-vous à moi pour venir vous amuser, rire et découvrir cette thérapie où le plaisir est le mot d'ordre. Après avoir lu différents témoignages de gens ayant essayé cette expérience, tous ont adoré et ont mentionné l'avoir fait à plusieurs reprises vu les bienfaits que cela leur apportait.

Au plaisir de vous y voir en grand nombre ; l'essayer c'est l'adopter !

Quand : Mardi 16 avril de 17h45 à 19 h

Où : SHERPA , 130, boulevard Charest Est Québec G1K 0E2 (possibilité de se rejoindre au MIELS-Québec à 17h30 pour le transport.

Combien : Gratuit

** Aucun besoin d'équipement

Inscrivez-vous le plus rapidement possible auprès de Pier-Ann, intervenante Entre-Pairs en personne ou au 418-649-1720 poste 111.



SOIRÉE RECONNAISSANCE

5 À 7 DES BÉNÉVOLES

La semaine de l'action bénévole 2019 se déroulera du 7 au 13 avril 2019 et aura pour thème:
« Et si on osait... bénévoler ! »

AU MIELS-QUÉBEC, NOUS SOMMES TRÈS CONSCIENTS ET RECONNAISSANTS DE L'APPORT IMPORTANT, MÊME ESSENTIEL, DE NOS BÉNÉVOLES. MIELS-QUÉBEC NE SERAIT PAS CE QU'IL EST SANS LEUR IMPLICATION.

Le 18 avril prochain, afin de souligner le travail indispensable de nos bénévoles, le personnel du MIELS-Québec prépare un 5 à 7 en leur honneur!

Quand : Jeudi 18 avril 2019
de 17 h à 19 h

Où : MIELS-Québec

Les employés sont impatients de vous recevoir pour cette soirée festive!



N.B. Les bénévoles recevront leur invitation très bientôt et il est important de nous mentionner si vous serez présent à l'activité!

Pier-Ann Roy
Intervenante Entre-Pairs
418 649 1720 poste #111
intviecomm@miels.org

*De la part de toute l'équipe:
Un grand MERCI aux bénévoles!*
😊

INFORMATIONS

Le patient de Londres : Un deuxième cas de rémission du VIH.

Une deuxième personne, identifiée comme « le patient de Londres », semble présenter une rémission durable d'une infection par le VIH.

Diagnostiqué positif au VIH en 2003, le patient a été mis sous ARV en 2012. En 2016, suite à un diagnostic de lymphome de Hodgkin, un cancer relativement rare qui se développe dans le système lymphatique, « le patient de Londres » a accepté de subir une transplantation de moelle osseuse. Les cellules souches du donneur étaient porteuses d'une mutation génétique rare connue pour être résistante au VIH.

Depuis plus de 19 mois, le traitement antirétroviral a été interrompu à la suite de la transplantation, et le patient est en rémission, ne montrant aucun rebond du VIH. Les examens médicaux ont montré que sa charge virale était devenue indétectable, mais il doit encore rester sous surveillance pour s'assurer qu'il n'y ait pas de rebond.

Cependant, le traitement dont a bénéficié le « patient de Londres » semble difficilement généralisable à l'ensemble des malades, car il est très lourd, complexe et dangereuse. Il est donc important de continuer sa médication comme prescrite jusqu'à ce que l'on trouve un traitement définitif. Cette avancée majeure apporte des informations intéressantes aux scientifiques pour venir à bout de la maladie et imaginer des stratégies de traitement, par exemple des thérapies géniques et par anticorps contre le VIH.

Les chercheurs préfèrent parler de rémission à long terme, en partie parce que les tissus examinés n'ont été autres que le sang du patient.

À souligner qu'environ 1 % des personnes descendantes d'Européens du Nord ont hérité de la mutation génétique résistante aux infections au VIH.

INFORMATIONS

Bonjour à tous,

Dans le but de vous offrir un milieu de vie animé, nous vous proposons différentes activités les mardis et jeudis après-midi. Voici l'horaire pour le mois d'avril.

Mardi 2 avril 13h30 : Jeux de société et cartes

Jeudi 4 avril 13h30 : Ensemble, autour d'un thème! (Café-discussion avec thématique libre aux membres)

Mardi 9 avril 13h30 : Printemps et renaissance (Activité de **peinture** en lien avec le printemps)

Jeudi 11 avril 13h30 : Printemps et renaissance (Activité **d'écriture** en lien avec le printemps)

Mardi 16 avril 13h30 : Jeux de société et cartes

Jeudi 18 avril 13h30 : Relaxation et apaisement (Activité de relaxation et de techniques d'apaisement animé par Jonathan, intervenant social au MIELS-Québec)

Mardi 23 avril 13h30 : Films et découvertes (Viens nous parler de tes films préférés et nous aider à choisir le film en vedette pour le Ciné-MIELS du mois)

Jeudi 25 avril 13h30 : Ciné-MIELS (Activité cinéma dans le salon communautaire, écoute d'un film)

Mardi 30 avril 13h30 : Jeux de société et cartes

Au plaisir de vous y voir ne grand nombre !! Pier-Ann & Jonathan

INFORMATIONS

IMPORTANT !!

Veillez prendre note que pour le mois d'avril, la banque alimentaire aura lieu durant **3 jours seulement** étant donné que le MIELS-Québec sera fermé le lundi 22 avril pour le Lundi de Pâques. **Il en sera de même pour le mois de mai** étant donné que le lundi (lundi le 20 mai) de la banque alimentaire sera également une journée où le MIELS-Québec sera fermé pour le congé de la Reine.

Un gros merci de votre compréhension.

- L'équipe des intervenants des services aux membres



INFORMATIONS

CONGÉ DE PÂQUES

Veillez également prendre note que le MIELS-Québec sera fermé le vendredi 19 avril 2019 (vendredi Saint) ainsi que le lundi 22 avril 2019 Lundi de Pâques.

Pâques est un moment fort dans l'année, surtout lorsqu'on se réunit en famille pour une belle fête chaleureuse. On vous souhaite, de la part de toute l'équipe du MIELS-Québec, à vous et à vos proches, de passer de très belles fêtes de Pâques.



GROUPE D'ACHATS

LE GROUPE D'ACHATS,
la commande doit être fait dans la semaine du 25 mars
Livraison durant la semaine
du 1er avril

Les commandes peuvent être faites par téléphone ou en personne. Vous pouvez appeler au poste 103 pour réserver une commande.

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



BANQUE ALIMENTAIRE

L'ÉQUIPE DE BÉNÉVOLES VOUS ATTEND !

Horaire :

La banque aura lieu les **23, 24 et 25** avril 2019
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 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 223

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

André Larose , coordonnateur des services communautaires
poste 202

Caroline Faucher, chef d'équipe, intervenante de jour
poste 223

Liza-Nicole Bélanger, intervenante de soir
poste 223

Joani Hamelin, intervenante de nuit
poste 223

Richard Payant, Philippe Mineau, Nancy Côté
Intervenants de fin de semaine, poste 223

Alyne Laflamme, Noémie Dubois-Comtois,
France Jolicoeur, Priscilla Légaré, Guillaume Tardif, Maude Côté,
Françoise Lépine, Sabrina Morin, Fanny Cantin, Mégane Desbiens
IntervenantEs sur appel

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



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

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	Services aux populations prioritaires	Poste
Roland Nadeau, directeur général dgmiels@miels.org		203	François-Xavier S. Lacroix, coordonnateur de la prévention, prevention@miels.org	209
France Reny, Adjointe à la direction adjdir@miels.org		208	Patrick Labbé, chargé de projet HARSAH, alliance@miels.org	205
Noël Marceau, cuisinier, cuisine@miels.org		152	Gine Violette-Lapierre (p.i), intervenante jeunesse et utilisateurs de drogues,	204
Richard-Thomas Payant, agent technique agent-tech@miels.org		150	Myriam Frédérique, formatrice auprès des professionnel recherche@miels.org	154
Services aux membres			Francis Lessard, Intervenant HARSAH PRISME, info@prisme.org	207
André Larose, Coordonnateur des services communautaires, maintien@miels.org		202	Marc-André Gaudette, intervenant HARSAH FIC, harsah@miels.org	206
Sarah-Emmanuelle Gauthier (Manue) intervenante Projet Porte Clé, intmilieulogement@miels.org		210	Carolane Lavoie, stagiaire, stageprevention@miels.org	-
Pier-Ann Roy, intervenante « Entre-Pairs » intviecomm@miels.org		111	Sarah-Maude Fournier, dépistage Infirmière communautaire : 418-569-7808	-
Normand Bilodeau, agente de soutien au bénévolat, benevolat@miels.org		113	LIGNE INFO-VIH et rendez-vous pour un dépistage : 418 649-0788	271
Jonathan Cloutier, intervenant social, intpsycho@miels.org		213	Milieu de vie	
			Salle Danielle Lévesque	151
Hébergement HMS			Banque alimentaire, Michel D.	103
Intervenants (HMS), intervenantsams@miels.org		223	Moisson	104
			Salle Ordinateurs des membres	153
Date de la prochaine tombée: Lundi 11 Mars 2019 Conception et mise en page : Pier-Ann Roy & Nicolas P.				



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

AVRIL 2019

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

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	1	2 13h30 Jeux de société et cartes	3 MOISSON	4 13h30 Ensemble, autour d'un thème! (Café-discussion)	5	6
7	8	9 13h30 Printemps & Renaissance Peinture	10 MOISSON	11 13h30 Printemps & Renaissance Écriture	12	13
14	15	16 13h30 Jeux de société et cartes Groupe de Femmes	17 MOISSON	18 13h30 Relaxation & apaisement	19	20
21	22	23 13h30 : Films et découvertes BANQUE ALIMENTAIRE	24 MOISSON	25 Dîner Comm. 5 à 7 bénévoles	26	27
PÂQUES	28	29 13h30 Jeux de société et cartes	BANQUE ALIMENTAIRE	13h30 : Ciné-MIELS BANQUE ALIMENTAIRE	← Groupe Les Aventuriers	

Ensemble, préparons un monde
SANS SIDA ni VIH

** Référez-vous à la page 11 de votre SIDUS pour les informations concernant les nouvelles activités dans le milieu de vie ou n'hésitez pas à communiquer avec Pier-Ann poste 111 ou Jonathan poste 213 pour plus d'informations. Au plaisir de vous y voir en grand nombre :)