SIDUS Express

Mai 2019



Bonjour à tous,

Les mois d'avril et mai sont les mois que nous connaissons comme étant les mois du renouveau. La nature se réveille du long hiver et on espère la chaleur et le beau temps. C'est aussi pour nous les mois les plus chargés en travail. Fermeture d'année financière, bilan, redditions de comptes, etc. font partis de notre quotidien.

C'est aussi le moment où nous préparons notre assemblée générale. Cette dernière aura lieu le 11 juin prochain. Vous pouvez mettre tout de suite cette date à votre agenda. Nous espérons vous y retrouver en grand nombre; c'est un moment important pour nous tous, car nous faisons le bilan de notre dernière année tout en vous proposant notre plan d'action pour l'année 2019 et 2020.

Nous vous ferons parvenir prochainement votre avis de convocation et toutes les informations pertinentes. N'oubliez pas de renouveler votre "membership" pour avoir accès aux services; mais aussi, si vous désirez, vous présenter aux élections pour le Conseil d'administration.

Je voudrais prendre une minute pour souligner la grande participation des membres à notre sortie à la cabane à sucre. Je crois que nous avons battu un record d'assistance, du moins une nette progression avec les années antérieures.

Nous avons l'intention de prioriser ces activités qui regroupent le plus grand nombre de membres. Merci aux organisateurs et à vous les membres de votre participation. Ceci ne nous empêche pas de mettre en place, comme vous le savez, des activités dans nos locaux pour briser l'isolement et partager des moments de plaisir et de détente entre membres. À ce jour, la participation est très intéressante. Vous êtes les bienvenus chez vous, nous avons de superbes locaux, profitez-en!

En terminant, j'aimerais remercier Jonathan, notre intervenant psychosocial, qui a quitté ses fonctions le 5 avril dernier. Son côté humain et sa grande écoute ont fait cheminer plusieurs de nos membres. Nous lui souhaitons bonne chance dans ses nouveaux défis.

Sur ce, on se souhaite du beau temps et au plaisir de se croiser. Roland Nadeau Directeur général MIELS-Québec

À lire ce mois-ci:	Page
Mot de la direction générale	1
Table des matières	2
Mot du coordonnateur à la vie communautaire	3
Départs et arrivées des employés	4
Départs et arrivées des employés	5
Témoignages	6
Activité Groupe de femmes : Magasinage	7
Renouvellement du membership	8
Jardin collectif + Groupe Aventuriers	9
Clinique Podiatrique	10
Activités à la vie communautaire	11
AGA + informations	12
Groupe d'achats + banque alimentaire	13
Hébergement Marc-Simon	14
Répertoire et fonctions	15
Calendrier Mai 2019	16



Un milieu de vie animé au MIELS-Québec

Les activités et les loisirs au MIELS-Québec sont un véhicule essentiel à la qualité de vie. Les loisirs donnent un sens à la vie, un sens à l'ensemble de nos vies. Il constitue un des catalyseurs de l'évolution positive du tissu social d'une société.

La vie communautaire au MIELS-Québec vous propose des activités diversifiées : des conférences, des séances de cinéma, des ateliers d'arts plastiques, des jeux de société, des sorties extérieures, etc. Au MIELS-Québec, c'est un véritable milieu de vie où les personnes le fréquentant trouvent un oasis de paix, un lieu où s'arrêter et reprendre son souffle. Il est aussi l'espace où, à travers les ateliers, les participants se retrouvent afin de briser leur solitude et ainsi développer leur sentiment d'appartenance. Les activités et les loisirs au MIELS-Québec créent souvent l'équilibre; l'ambiance découle alors de l'harmonie entre les membres du MIELS-Québec.

Un milieu de vie animé utilise les activités sociales pour faciliter la cohésion entre les membres, les intervenants, les bénévoles et la communauté. Un milieu de vie animé donne aussi un sens, un rythme et une harmonie à l'ensemble de la vie communautaire. Finalement la vie communautaire au MIELS-Québec est un endroit où les membres évoluent dans une dynamique se rapprochant d'une saine habitude de vie.

Plusieurs jeux de société sont mis à votre disposition. Pour davantage d'informations, vous pouvez consulter le calendrier des activités qui se trouve dans le SIDUS ou communiquer avec un intervenant de la vie communautaire au 418-649-1720 poste 111 et 213.

André Larose Coordonnateur de la vie communautaire 418-649-1720 # 202





DÉPART D'UN EMPLOYÉ

Chers membres, Aujourd'hui, je vous dis « Au revoir! »

Je vous encourage à prendre soin de vous, à prendre soin du « Nous » : de vos pairs et du MIELS-Québec. Vous en êtes le cœur!

Merci pour votre accueil et votre confiance! Je quitte transformé et grandi : avec un bagage qui m'a été légué. Je vous en remercie!

Bonne route!

Jonathan

N'oubliez jamais que chacun d'entre vous êtes un acteur de changement!



ARRIVÉE D'UNE EMPLOYÉE

Bonjour à tous, très chers membres,

Je me nomme Élizabeth Croft, et c'est avec grand plaisir que j'ai la chance de faire partie de la belle famille de MIELS-Québec!

Je serai en charge de la prévention auprès des usagers de drogues. Ce sera un beau défi à relever et l'occasion de créer de nouveaux projets.

Je tiens à vous remercier, ainsi que mes nouveaux collègues, du merveilleux accueil que vous m'avez fait, j'ai très hâte de collaborer avec vous.

Au plaisir de mieux apprendre à vous connaître!

Élizabeth Croft, intervenante auprès des utilisateurs de drogues, poste 206



DÉPART D'UNE EMPLOYÉE

Bonjour à tous,

Je vous écris ce petit message pour vous remercier des quatre beaux mois de stage que j'ai passé au MIELS-Québec. J'ai eu la chance de rencontrer des personnes exceptionnelles, authentiques et fortes.

Je vous remercie pour votre accueil, votre confiance et votre « amour ». Mon passage ici m'a aidée à grandir comme future travailleuse sociale et comme personne. Je ne pouvais pas demander mieux comme expérience de stage.

Je vous aime et je vous souhaite que du bonheur, de l'amour et du succès.

Mille fois merci! Carolane Lavoie



ARRIVÉE D'UN EMPLOYÉ

Bonjour chers membres,

Pour ceux qui ne me connaissent pas déjà ou qui ne m'ont jamais rencontré. Je me nomme Stéphan Quintal, ancien employé à l'hébergement Marc-Simon.

C'est avec une grande joie, il y a de ça quelques semaines, que j'ai accepté le poste de cuisinier au sein de l'organisme MIELS-Québec. Il me fait plaisir de vous côtoyer chaque jour et de pouvoir vous servir les repas.

N'hésitez pas à venir me rencontrer si vous avez des questions ou des suggestions!

Stéphan Quintal, cuisinier



TÉMOIGNAGE

CABANE À SUCRE

Le 28 mars dernier, les membres et leurs invités se sont rassemblés pour une visite à l'érablière du Lac Beauport. Nous étions près d'une trentaine à prendre l'autobus, autant de joyeux lurons prêts à célébrer le printemps. Au total, 52 personnes se sont présentées, un record d'assistance.

Dans une ambiance festive, un chansonnier animait les lieux avec des chansons connues de tous. Le copieux repas était composé de mets typiques d'une telle activité, sirop d'érable à volonté; le tout se terminant par de la tire sur la neige.

Nous avons bien mangé, bien bu et surtout bien ri tous ensemble lors de cette soirée. Merci à Pier-Ann et à son équipe pour cet événement mémorable.

Nicolas P.



TÉMOIGNAGE

HÉBERGEMENT MARC-SIMON

Bonjour!

Je viens vous parler de mon séjour au MIELS-Québec pendant ma convalescence. Je tiens à remercier les intervenants pour leur aide et support tout au long de cette épreuve qui fut difficile.

Mille fois merci à toute l'équipe du MIELS-Québec et de l'hébergement Marc-Simon.

Danielle L.



GROUPE DE FEMMES



WOMANCE

EN COLLABORATION AVEC MIELS-QUÉBEC

Après avoir fait la tournée "Womance sort du web", la boutique en ligne québécoise Womance fait un dernier arrêt bien différent des autres, cette fois-ci pour les organismes à but non lucratif, de la Ville de Québec, qui viennent en aide aux femmes.

Pendant une journée, l'entreprise permettra aux femmes dans le besoin, de magasiner gratuitement à travers plus de 500 items neufs.

VENDREDI 31 MAI 2019 - 10H À 16H 130 BOULEVARD CHAREST E, QC, G1K 0E2 (PECH-SHERPA)

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 utilisez 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, <u>l'avis de dépôt mensuel</u> 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 (intviecomm@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!

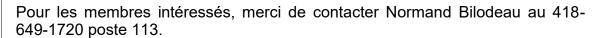
JARDIN COLLECTIF

Bonjour à tous,

Nous avons un jardin collectif situé au 1073 Boulevard René-Lévesque Ouest pouvant être partagé avec 10 de nos membres.

Cette année nous avons quelques places de disponibles pour des nouveaux membres intéressés au jardin. Comme il s'agit d'un jardin collectif, chaque membre est responsable de son espace, mais aussi de l'ensemble du jardin, désherbage, tondeuse, arrosage, etc. Le mode de fonctionnement vous sera fourni lors d'une rencontre préparatoire.

S'il y a plusieurs personnes qui démontrent de l'intérêt, nous procéderons par un tirage au hasard. Par contre, nous ne pourrons garder ce jardin collectif si le nombre de membres intéressés n'est pas suffisant.



En vous souhaitant une agréable fin de journée.



GROUPE DES AVENTURIERS

Bonjour chers Aventuriers,

Comme vous le savez bien, nous sommes au début de notre nouvelle programmation pour cette nouvelle année d'aventures. Notre programmation n'est pas encore complétée, donc nous n'avons pas de suggestions pour le moment concernant notre sortie du mois de mai.

Je vais donc communiquer avec vous via votre courriel ou lors des mercredis Moisson pour vous tenir au courant de notre prochaine sortie du mois de mai 2019.

Voici la pensée du mois ; "Le vrai bonheur ne dépend d'aucun être, d'aucun objet extérieur. Il ne dépend que de nous." Dalaï Lama

Au plaisir de vous rencontrer lors de nos prochaines activités.

Normand benevolat@miels.org 418-649-1720, poste 113



PARTICIPATION À UNE RECHERCHE

L'index de la stigmatisation des personnes vivant avec le VIH au Québec est un projet de recherche communautaire international crée par et pour les personnes vivant avec le VIH. Il vise à répertorier les expériences de stigmatisation et de discrimination que peuvent vivre les personnes séropositives. Cette base de connaissances par le témoignage servira à mettre en place des actions concrètes pour y remédier et à défendre les droits de toutes les personnes vivant avec le VIH.

La Coalition des organismes communautaires québécois de lutte contre le sida (COCQ-SIDA) recrute **280 participant·e·s** pour répondre à un questionnaire au sujet de la stigmatisation et de la discrimination. Une rémunération de \$50,00 vous sera offerte.

Si vous êtes intéressé·e, Vous devez contacter **Normand Bilodeau au poste 113** pour prendre un rendez-vous. Les entrevues auront toutes lieu au MIELS-Québec, 625 Ave Chouinard G1S 3E3, où nous vous inviterons à vous rendre en personne pour un entretien individuel, privé et confidentiel avec un e pair·e associé·e de recherche qui vit également avec le VIH.

FORMULAIRE D'INSCRIPTION / PARTICIPANT-E-S DU QUÉBEC

Afin de valider votre admissibilité pour participer à cette recherche, nous vous demandons de bien vouloir répondre aux quelques questions suivantes :

Avez-vous reçu un diagnostic de séropositivité au VIH?

Oui Non

Habitez-vous au Québec?

Oui Non

Avez-vous 18 ans ou plus?

Oui Non



Si une des réponses est NON : Nous vous remercions pour votre intérêt. Malheureusement, vous n'êtes pas éligibles pour participer à cette recherche.

Si les 3 réponses sont OUI : Nous vous remercions pour votre intérêt. Vous êtes admissibles pour participer à cette recherche.

Si vous désirez participer à ce projet de recherche, les disponibilités d'entrevue sont :

- a. Mardis, mercredis ou jeudi à 9h30 ou 13h30
- b. Nous pouvons également vous offrir un rendez-vous à 18h00

Nos meilleurs salutations Normand Bilodeau

ACTIVITÉS MILIEU DE VIE

Bonjour chers membres,

Nous continuons encore ce mois-ci les activités à la vie communautaire à chaque mardi et jeudi après-midi, à partir de 13h30, directement dans nos locaux au MIELS-Québec.

Voici l'horaire pour le mois de mai 2019 :

Jeudi 2 mai : Jeux de société (plusieurs jeux neufs, casse-têtes, pichenottes, jeux de tock et plus encore)

Mardi 7 mai : Activité Prévention

Jeudi 9 mai: Jeux de société

Mardi 14 mai: Atelier de peinture libre (tout est fourni, toiles, peinture, pinceaux, etc)

Jeudi 16 mai : Jeux de société

Mardi 21 mai : Atelier de peinture libre

Jeudi 23 mai: Jeux de société

Mardi 28 mai: Club de marche (marche dans le Parc Des Braves : Bienvenue à tous)

Jeudi 30 mai : Jeux de société

Profitez de ces occasions pour venir jouer, créer , briser l'isolement et partager des beaux moments avec vos pairs. Je vous garantis que vous en sortirez avec le sourire aux lèvres et le cœur rempli de bonheur.

Pier-Ann, intervenante Enter-Pairs







ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Vous avez rendez-vous avec votre organisme pour l'assemblée générale le 11 juin 2019.L'accueil et le souper se feront à 17h15 et par la suite la rencontre se tiendra à 18 h 15 (Il est possible de venir seulement à l'assemblée générale sans souper sur place).



Centre Édouard-Lavergne 390 Rue Arago O, Québec, QC G1K 2J3

N.B. Votre membership doit être à jour pour pouvoir exercer votre droit de vote lors de l'AGA

INFORMATIONS





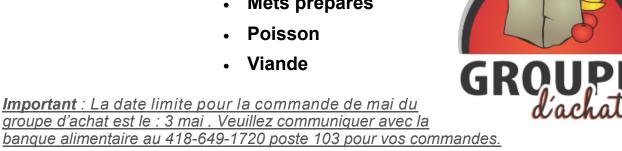
Le conseil d'administration tient à remercier chaleureusement M. André Villeneuve, pharmacien du Familiprix sur le chemin st-Foy, pour son généreux don de 3 000 \$.

- Martin Masson , président du Conseil d'administration

LE GROUPE D'ACHAT; commande avant le 3 mai Livraison le 9 mai

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

- Fromage
- Fruits de mer
- Mets préparés



L'ÉQUIPE DE BÉNÉVOLES VOUS ATTEND

Horaire:

N.B. LA BANQUE SERA FERMÉE LE LUNDI 20 MAI

La banque aura lieu les 21, 22, 23 mai 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 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 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



Au Plaísir de vous accompagner dans vos moments les plus difficiles © 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.

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

625, Avenue Chouinard, Québec, G	1S 3E3	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
Stéphan Quintal, cuisinier, cuisine@miels.org	152	Gine Violette-Lapierre, intervenante jeunesse jeunesse@miels.org	204
Richard-Thomas Payant, agent technique agent-tech@miels.org	150	Myriam Frédérique, formatrice auprès des professionnels 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	114
Sarah-Emmanuelle Gauthier (Manue) intervenante Projet Porte Clé, intmilieulogement@miels.org	210	Élizabeth Croft, intervenante auprès des utilisateurs de drogues, ud@miels.org	206
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
		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 10 juin 2019 Conception et mise en page : Pier-Ann R. , Diane P. et Nicolas P.

MIFIS-OLIÉBEC	MOUVEMENT D'INFORMATION ET D'ENTRAIDE DANS LA LUTTE	ION	く	\ -	7 0	ത
Market No.	CONTRE LE VIH-SIDA À QUÉBEC	ΛS	P, apportez vos sacs pour vos denrées de la moisson et de la banque alimentaire.	r vos denrées de la	moisson et de la ba	anque alimentaire.
Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
			1 MOISSON	2 13h30 :	3	4
				Jeux de société		
\mathcal{v}	9	7 13h30 :	NOSSIOM 8	9 13h30 :	10	11
		Activité prévention		Jeux de société		
12	13	14 13h30 :	15 MOISSON	16 13h30 :	17	18
		peinture		Jeux ae Société		
19	20 Fermé	21 15	22 MOISSON	23 Diner Comm.	24 13h30 :	25
	Fête de la Reine	BANOUE ALIMENTAIRE	BANQUE ALIMENTAIRE	BANQUE ALIMENTAIRE	Jeux de	
26	27 📮 1\$	28 13h30:	39 MOISSON	30 13h30 :	31	
		ciub de marche		Jeux de société		
S S S	Ensemble, préparons un monde SANS SIDA ni VIH		** Référez-vous à la page 11 de votre SIDUS pour les informations con- cernant les nouvelles activités dans le milieu de vie ou n'hésitez pas à communiquer avec Pier-Ann poste 111 pour plus d'informations. Au plaisir de vous y voir en grand nombre :)	a page 11 de votr les activités dans c Pier-Ann poste dir en grand nomb	e SIDUS pour les le milieu de vie d 111 pour plus d	informations con- ou n'hésitez pas à l'informations. Au