JUILLET/AOÛT 2019

MIELS-QUÉBEC

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

MIELS-QUÉBEC : 625, Avenue Chouinard Québec (Québec) G1S 3E3
ADMINISTRATION : Tél. : 418-649-1720 Téléc. : 418-649-1256
LIGNE INFO VIH : 418-649-0788 ▪ Site Internet : www.miels.org
Courriel : sidus@miels.org

SIDUS

BILAN ANNUEL 2019

Page 2

À LA UNE CE MOIS-CI...

L'AGA a eu lieu le 11 juin dernier, Vous pourrez connaître les noms des administrateurs ainsi que lire un mot de notre directeur général en **page 2.**

Vous entendrez parler d'André Larose en lisant son texte en **page 3** mais aussi, ne manquez pas l'entretien qu'il a accordé au SIDUS en **page 10.**

Cet été, nous vous invitons à une journée MÉCHOUI à St-Étienne-de-Lauzon. Tous les détails en **page 7.**

N'oubliez pas de participer à notre concours, **page 15.**

Mot de la direction	page 2	Organigramme services communautaires	page 11
Vie communautaire	page 3	Prévention: 27 juin 2019	page 12
Aventuriers	page 4	Prévention: rencontres	page 13
Groupe de femmes	page 6	Prévention: atelier	page 14
Activité d'été	page 7	Concours	page 15
Annonces	page 8	Groups d'achats et banque alimentaire	page 16
Texte d'un membre	page 9	Hébergement	page 17
Rencontre	page 10	Répertoire	page 18
		Calendriers	page 19 et 20

MOT DE LA DIRECTION

Bonjour à tous,

Dans un premier temps, j'aimerais faire un retour sur notre Assemblée générale annuelle; je suis fier du nombre de membres qui ont pris le temps de contribuer à la vie démocratique de notre Mouvement en participant à notre assemblée.

La présentation de l'équipe d'employés sous forme vidéo a été appréciée et les membres qui ont utilisé la même formule pour commenter nos services a eu pour effet de valoriser nos actions et de prendre vraiment connaissance de l'impact que nous avons sur la qualité de vie et sur la santé de nos membres.

En présentant notre rapport annuel sous cette forme (vidéo), un secteur est passé presque sous silence, soit celui de l'hébergement. Je tiens à remercier les employés de l'hébergement pour leur excellent travail, assiduité et bonne humeur contagieuse. Merci à Caroline, Liza-Nicole, Joani, Nancy, Philippe, Richard, et tous les employés sur notre liste d'appel (remplaçants). On ne vous voit pas souvent dû aux heures de travail de soir et de nuit, mais vous êtes tout aussi important que tout autre employé.

Plusieurs sujets ont été discuté mais je crois que le débat sur notre service Hébergement a été un moment fort de notre AGA. Nous allons donc poursuivre notre étude sur les services reliés à notre service Hébergement et nous vous reviendrons sur cet important sujet.

Je vous présente la formation du Conseil d'administration suite à notre AGA :

Stéphanie Morin	Nicolas Pomerleau
Édénia Savoie	Gilles Simard
Martine Paradis	Yves Gaboury
Jeannine Vassil	Guy Gagnon
Damien Tremblay	

Bienvenue aux nouveaux administrateurs. Nous vous aviserons bientôt du choix des officiers qui formeront le Comité exécutif.

Je profite de l'occasion pour remercier chaleureusement M. Martin Masson de son implication au CA et particulièrement à la présidence au cours des dernières années. Les quatre dernières années n'ont pas été de tout repos, mais il a démontré toutes ses compétences et son savoir-faire. Sa présence à mes côtés au cours des dix derniers mois fut fort appréciée.

En terminant, j'aimerais remercier tous nos employés qui ont participé étroitement à la logistique de notre AGA, mais aussi de leur apport incroyable à la réussite de notre Mouvement.

Quant à vous chers membres, je vous souhaite un bel été, nous allons continuer de nous croiser au cours de activités estivales, mais pensez à vous et profitez pleinement de la belle saison pour faire le plein d'énergie.

Bon été à tous et toutes,
Roland Nadeau

VIE COMMUNAUTAIRE

Les vacances d'été

Les vacances sont un temps de repos accordé aux personnes actives. Les vacances, on en rêve, on se les raconte, on les attend et on les prépare. Qu'elles soient courtes ou longues, chaque année elles nous permettent de nous reposer et de découvrir d'autres horizons. Mais savez-vous que les vacances n'ont pas toujours existé ? Si aujourd'hui tout le monde en parle, il n'y a pas si longtemps très peu de gens en prenaient. Alors c'est quoi exactement les vacances ? Pourquoi c'est important ?

D'où viennent les vacances?

Provenant du mot latin «vacans» (absent, vide), le concept des vacances est lié à l'apparition des civilisations urbaines. Au Moyen Âge, il existait déjà en Europe de l'Ouest des «vacances» qui correspondaient à la période des moissons, en été, où les universités fermaient pour permettre à tous d'aller travailler aux champs. L'histoire des vacances est étroitement liée au développement économique et social qui commença dans le dernier tiers du 19^{e} siècle, changements des modes de production et de travail, instauration de principes de santé et de détente.

Les effets bénéfiques des vacances familiales

Les familles considèrent que les vacances, c'est avant tout «passer du temps en famille»; parents et enfants. Quelle que soit la catégorie sociale, c'est même l'objectif principal des familles. Les autres objectifs sont de se reposer, se ressourcer, partir, voyager, se dépayser. Les vacances sont aussi un moment privilégié de réactivation des liens avec la famille élargie. Le resserrement des liens familiaux est un des bienfaits principaux des vacances pour plusieurs familles.

Le temps du repos bien mérité. Les vacances sont comme un voyage où l'on sort de la réalité connue pour pénétrer dans une réalité qui semble un rêve. Les vacances sont un moment de détente, de relaxation. Durant cette courte période d'été, nous devons profiter de la vie, nous ouvrir aux nouveautés, réaliser chacun de nos rêves et envies. Le temps du repos est un délicieux moment à savourer.

Je vous souhaite de bonnes vacances, pleines de beauté et de tendresse.

Partir en vacances, c'est partir au pays du plaisir de vivre!

André Larose
Coordonnateur des Services Communautaires
418-649-1720 poste 202
entraide@miels.org

AVENTURIERS

Bonjour chers Aventuriers,
Youppi, le beau temps est arrivé, nous pouvons profiter de l'été. Nous vous proposons deux sorties.

Pour notre activité du mois Juillet – **Jardin universitaire Roger-Van den Hende**

Un havre de paix en plein cœur de la Ville. Que vous soyez connaisseurs, amateurs ou néophytes, le Jardin universitaire Roger-Van den Hende saura vous éblouir et vous initier à la culture des découvertes.

L'accès au Jardin vous permet de profiter de cet oasis de calme tout au long de l'année. Étant d'abord un lieu d'enseignement et recherche, l'une des missions principales du Jardin est le transfert des connaissances.
Date de sortie : le jeudi 11 juillet, départ 10 h
Coût : 5 $

Pour notre activité du mois d'août, nous allons faire notre sortie de **kayak**

Août- Kayak lac St-Charles – (le jeudi 15 août, départ 9 h 30 + pique-nique)

Plaisir et détente en toute sécurité! Pour une agréable sortie en kayak, nous vous proposons la possibilité d'une évasion en eau calme, au cœur d'un environnement naturel sur le magnifique lac Saint-Charles.
Au plaisir de vous accueillir dans ce milieu pittoresque situé à seulement quelques minutes de Québec. Vous en serez ravis.
Coût : Transport et coût location du kayak (10 $)

Pour les Aventuriers qui sont intéressés à l'une de ces activités, vous devez me confirmer votre présence. Je compte sur votre collaboration. Normand (poste 113)

Pensée du mois : « Il n'y a pas de réussite facile, ni d'échecs définitifs. » Marcel Proust

GROUPE DE FEMMES

JUILLET

Bonjour chères membres du Groupe de Femmes. Pour le mois de juillet, vous êtes toutes les bienvenues à un succulent dîner pique-nique-pizza dans le Parc des Braves. Nous en profiterons pour discuter de nos activités à venir pour les prochains mois.

L'activité est gratuite, **par contre l'inscription est obligatoire** pour que je sois en mesure de commander la quantité requise (Repas + Breuvages + Plaisir inclus)

Le vendredi 19 juillet 2019 à 12h.
Au plaisir de vous y voir en grand nombre!
N'oubliez surtout pas de vous inscrire auprès de Pier-Ann. 418-649-1720 poste 111

AOÛT

Re-bonjour chères membres! Pour le mois d'août, je vous propose notre souper biannuel au fameux Buffet des Continents. L'activité aura lieu le mardi 20 août 2019 au coût de 5 $ par personne.

Je vous donne donc rendez-vous le mardi 20 août à de 17 h 30 à 19 h -19 h 30 au 4250 1ère Avenue, Charlesbourg (à l'intérieur des galeries Charlesbourg)

- INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES auprès de Pier-Ann (poste 111)

BUFFET DES CONTINENTS MD

ACTIVITÉS MILIEU DE VIE

Activité de la vie communautaire

Discussion Café

Café-Discussion avec Charles-David et Pier-Ann :
Le 2 juillet, 16 juillet et 30 juillet à 13 h.

Jeux de société : Le 4 juillet, 1 août, 13 août, 20 août et le 27 août, 13 h

CLUB DE MARCHE

Club de Marche : Le 9 juillet, 18 juillet, 6 août, 15 août et 29 août, 13 h

Atelier de peinture : Le 11 juillet, 25 juillet, 8 août et 22 août, 13 h

Atelier de prévention sur la surdose et le Naloxone avec Élizabeth :

Le 23 juillet, 13 h

À partir du 27 juin, dîners BBQ à <u>tous les jeudis</u> !! Venez en grand nombre profiter de ce plaisir d'été ! En cas de pluie : remis au vendredi.

ACTIVITÉ D'ÉTÉ

MÉCHOUI INTERNATIONAL

Profitez du plus gros party de l'été au célèbre Méchoui international de St-Étienne-de-Lauzon

- Délicieux repas méchoui.
- L'incontournable activité de l'été.
- Piscine extérieure (apportez vos maillots), terrain de fers, de volleyball, de pétanque, feu extérieur, etc.
- Grande variété de plats.
- Animation sur place, danse, musique et DJ.
- Bar sur place (à vos frais).

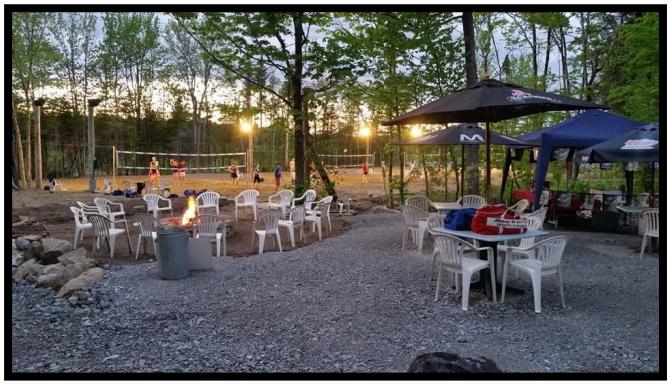
QUAND : Jeudi le 8 août 2019

COMBIEN : 5$ par personne à remettre lors de votre inscription

DÉPART: Départ à 15h30 **en autobus** directement du MIELS-Québec. **Pour les travailleurs**, possibilité de venir nous rejoindre directement sur place.

RETOUR: Départ de St-Étienne-de-Lauzon vers 21h00.

Inscription obligatoire auprès de Pier-Ann (poste 111) ou Manuel (poste 213).



ANNONCES

LES FORMULAIRES D'INSCRIPTION SONT ARRIVÉS!

C'est le 25e anniversaire du Camp Positif au Camp Kinkora de St-Adolphe-D'Howard, du dimanche 18 août au samedi 24 août 2019.

Pour le Camp Positif, le coût est de 150$ par personne. MIELS-Québec offre 100$ aux 10 premiers membres qui s'inscrivent. Ces personnes doivent donc débourser 50$.

Pour inscription, communiquez avec Pier-Ann au poste 111 ou Manuel au poste 213.

Date limite d'inscription: **26 juillet 2019**

ANNONCES

Tu crois avoir un problème avec l'alcool, l'association des Alcooliques Anonymes (AA) peut t'aider à faire le point et, le cas échéant, à t'en sortir.

Tu peux communiquer au 418-529-0015, quelqu'un t'appuiera dans ta démarche.

Tu peux aussi visiter le site Internet: www.aa-quebec.org

Une passion muette

Un texte par Serge-Antoine Belley

La voix demande : « Vous devez préparer un texte d'une durée de cinq minutes sur ce qui vous passionne! »

Je déposai le combiné du téléphone sur sa base.
Soudain, le temps…me sembla suspendu, figé.
Puis, une impression de vide,
une absence, et ensuite…
…comme un écho…dans le silence…
surgit le dernier mot : « passionne » …
ce mot résonne dans ma tête.
Éveille à ma conscience une question.
Au fait, qu'est-elle ma réelle passion ?
Perplexe, je commençai une introspection
de mes activités pour enfin trouver
ce qui m'a toujours habité au-delà des
talents dont j'ai hérité.
J'aime « les mots »,
ils sont mes amis, j'aime mes amis,
mes amis me peuplent,
me consolent, quand je suis triste,
traduisent mes sentiments,
mes états d'âme.
J'aime jouer avec eux,
ils me nourrissent.
Depuis la nuit des temps,
le besoin de communication entre les humains
fut source de bien des « maux ».
L'élaboration du langage s'avéra l'outil
prometteur pour résoudre ce problème
de compréhension.

Ainsi naquit le « maître-mot ».
Enfin grâce à lui, tout ce qui existe
dans notre univers trouvait son nom
pour le décrire.

Indélébiles, les « mots » nous servent,
se succèdent les uns aux autres,
et nous suivent…de la naissance…
…à la mort. Mais, les « mots » sont « vivants »
Réels, ils savent s'adapter et traverser
les époques.

Bien qu'elle soit en constante évolution,
de nos jours la langue française
contient entre 60,000 et 100,000 mots.
Dans les dictionnaires.
Chez *Hachette* 2018, on compte plus de 60,000 mots pour l'édition du Petit Robert.
Chez *Larousse* « Le Petit Larousse illustré » encore plus pour l'édition bicentenaire.
Chez *Usito*, le dictionnaire en ligne développé par l'université de Sherbrooke contient 80,000 mots.

Un élève Français de 6ème connait plus ou moins 6,000 mots.
Un adulte cultivé en maîtriserait plus ou moins 30,000 mots.

On trouve beaucoup de mots.
Il y a les mots-courts / les mots-longs
les mots-tôt / les mots-tard
les mots-durs-à-dire
ces durs-à-cuire de l'orthographe
si difficile à mé-mot-riser.

Bien sûr il y a les mots-mous…ettes qui,
faute de « mots-rilles » se ruent
sur les carcasses « mots-ribondes »
des « mots-rues » échouées sur le rivage.
Et aussi, des « mots-doux-ble-ment-teurs »
ceux à deux faces qui
se « mot-quent » à tout « mot-ment »
sur un air « mot-no-tone »
« mot-dissant » le « mot-ratoire »,
imposé par ces linguistes
« mot-dernes » dont le « mot-tif »
premier semble bien vouloir
nous faire la « mot-rale ».
« Mots-losses » de l'Académie
de la langue française,
ces « Mots-passants » de la littérature
« mot-difient » sans cesse
« l'imot-difiable » - « mot-nème »
comme une « mot-lécule » transgénique
sous l'œil du scientifique.

Au quotidien,
les mots nous accompagnent partout.
pour dire, nommer, nous défendre,
pour séduire, exprimer, questionner,
limiter, réduire, comprendre, etc.
Il y a ceux de l'enfance
ceux de l'école, de l'étude
ceux de la jeunesse, de la vieillesse
ceux du travail, des loisirs
ceux de la finance

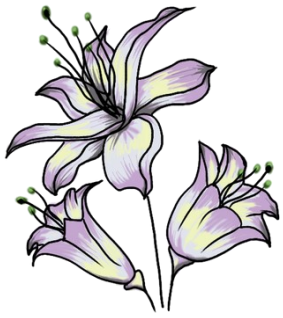
il y a les mots de « l'écrit »
du « parler »
du « chanter »

tantôt flatteurs, tantôt blessants
il y a les mots des sentiments :
ceux de l'amour – de la colère
de la douleur – du bien-être
de la joie – de la tristesse
de l'émerveillement – du dégoût
de la vie – de la mort

négatifs ou positifs.
Ils servent partout dans le monde
justice – médecine – affaires
commerce – enseignement – politique
spiritualité – sciences

D'un « mot-court-tisant »
De « mot-lière»
Mon « mot-de-la-fin »

Merci
De votre écoute



RENCONTRE

Rencontre avec **André Larose**

Malgré son poste très sérieux de coordonnateur des Services communautaires au MIELS-Québec, c'est un homme qu'on peut tutoyer, tant il est sympathique. Ceux qui le croisent, sauront le reconnaître. C'est un grand gaillard, à la voix tonnante et avec la faculté d'être partout!

En fait, il veille aux grains. Il tâte le pouls de l'ambiance dans les locaux du MIELS. Il fait en sorte que tous naviguent dans la même direction pour la même mission. Pour lui, MIELS est une vraie grande famille pour la cause contre le VIH.

André aime son travail; celui de coopérer avec les intervenants de tous les secteurs du MIELS-Québec (vie communautaire, prévention…) Être un support pour ses équipes ne lui suffit pas. Il a aussi besoin d'elles pour l'atteinte de ses objectifs.

André apprécie beaucoup le travail des bénévoles. Il les perçoit comme des éléments importants afin que MIELS continue d'offrir des services indispensables. Il constate que les bénévoles sont prêts à se remettre en question pour viser le meilleur. Cette qualité, qu'il aime, il la possède et l'applique. (Personnellement, je pense qu'il doit avoir parfois quelques grincements de dents!)

André, avec l'aide d'un bénévole du MIELS, désire monter un cours de musique. Ainsi, on pourrait peut-être entendre quelques « tounes » lors d'un prochain « party » du MIELS-Québec. Il est même disposé à enseigner des bases en musique accompagné de sa guitare.

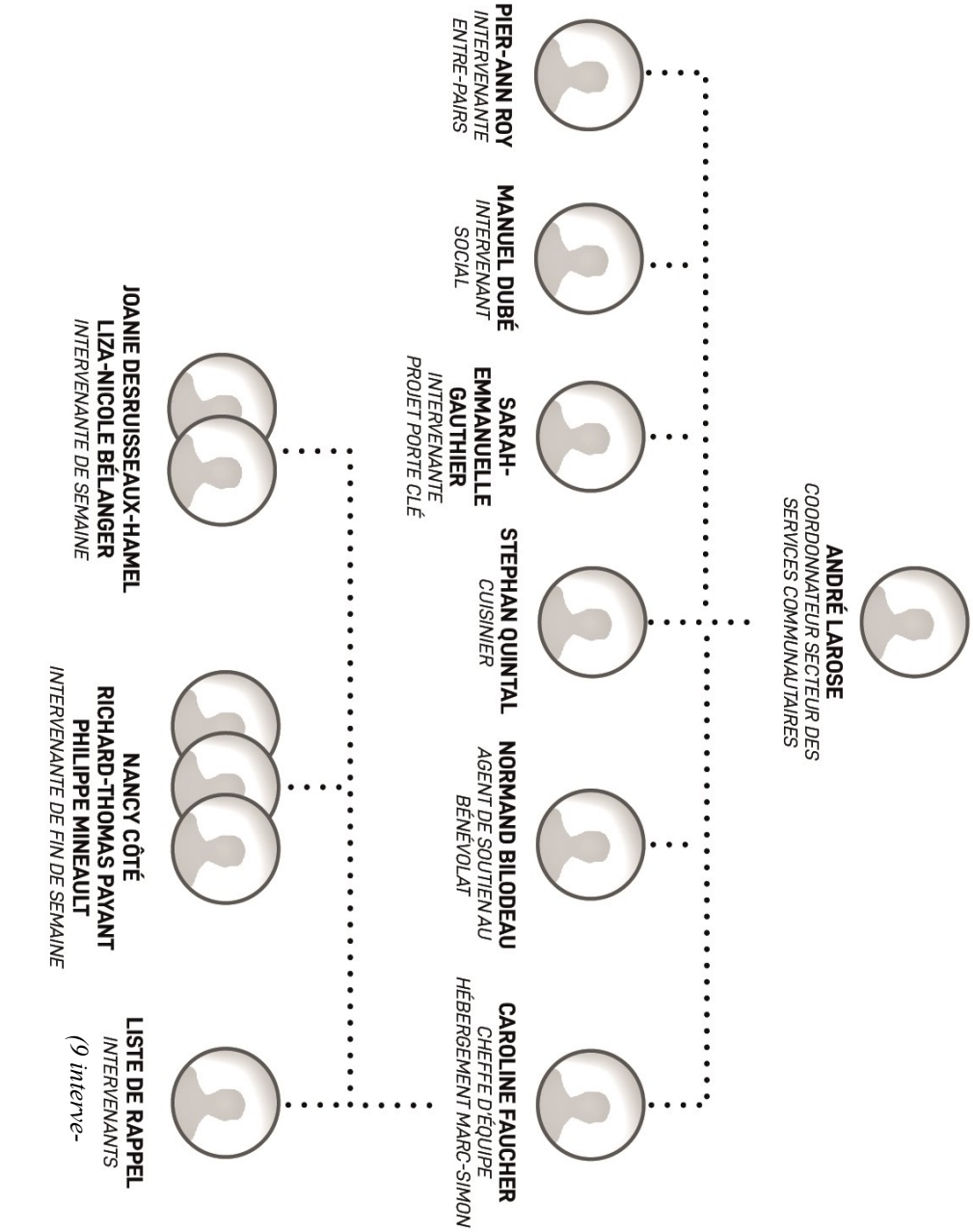
C'est réalisable d'autant plus qu'il voit bien que l'ambiance dans les locaux du MIELS est souvent festive. Le nombre de personnes présentes augmente aussi régulièrement. Donc, de bonnes chances de monter un groupe (avec quelques voix peut-être?)

Merci à toi, André, de nous consacrer de ton temps. Je suis contente de te savoir aussi motivé qu'à ton arrivée. Bonne chance pour le groupe!

Diane P.

ORGANIGRAMME

SERVICES COMMUNAUTAIRES



PRÉVENTION

JOURNÉE NATIONALE
DE DÉPISTAGE DU VIH
JEUDI 27 JUIN DE 16H À 19H
LE RISQUE
C'EST DE NE
PAS SAVOIR
VIH
BAR ST-MATTHEW'S
FAIS-TOI DÉPISTER
MIELS-QUÉBEC
#connaistonstatut
BAR ST-MATTHEW'S 889 CÔTE SAINTE-GENEVIÈVE

PRÉVENTION

Une occasion de vous faire entendre!

Les secteurs de la prévention et de l'entraide du MIELS-Québec aimeraient vous convier à une **rencontre de discussion animée par Charles-David et Pier-Ann**.

But: Parler de votre vécu et de vos expériences dans la réception de soins et services, afin de sensibiliser les gens sur la réalité des personnes vivant avec le VIH.

Beignets et café offerts aux participants

3 rencontres : 2 , 16 et 30 juillet dès 13 h

PRÉVENTION

Mardi le
23 juillet
13 h

Animé par

Élizabeth Croft

Intervenante en prévention auprès des utilisateurs de drogue

Atelier sur les surdoses...

C'est quoi ça, la naloxone ?

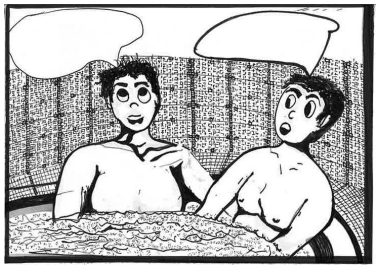
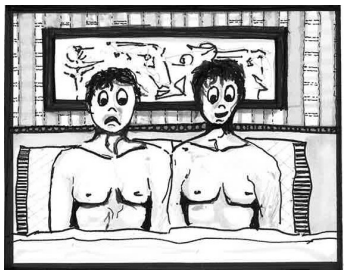
Atelier spécialement conçu pour vous, membres de MIELS-Québec!

- Apprendre à reconnaître les signes d'une surdose.
- Quoi faire si cela se produit ?
- Démystifier la naloxone.

Possibilité de gagner des prix !!

Au plaisir de vous y voir!

CONCOURS

MESSAGE DE PRÉVENTION

Vous vous sentez l'âme littéraire? Les images présentées vous inspirent? À vos plumes!

Vous êtes sollicités pour combler les bulles de cette bande dessinée par des dialogues, afin de créer une histoire avec les personnages. Votre histoire doit être un message de prévention sur la transmission du VIH et autres ITSS.

Un bon d'achat d'une valeur de 30 $ sera remis au gagnant-e et sa création paraîtra dans le prochain SIDUS.

Vous pouvez remettre votre chef-d'œuvre à **un employé de la prévention** ou le faire parvenir directement par courriel : **prevention@miels.org.** Nous connaissons votre créativité alors nous espérons avoir plein de bonnes histoires. Merci de votre participation!

Date limite: le 2 août 2019, 16 h.

Groupe d'achats

LE GROUPE D'ACHATS, la commande se fait dans la semaine du 1er juillet pour une livraison dans la semaine du 8 juillet.
Notez qu'il n'y a pas de groupe d'achats pour le mois d'août.

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 *: Veuillez communiquer ave la banque alimentaire au 418-649-1720 poste 103 pour vos commandes.*

Banque Alimentaire

L'ÉQUIPE DE BÉNÉVOLES VOUS ATTEND

Horaire :

La banque aura lieu les: **15, 16, 17** juillet 2019
19, 20, 21 août 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 222 ou 223

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

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

André Larose , coordonateur des services communautaires poste 202

Caroline Faucher, intervenante de jour poste 223

Liza-Nicole Bélanger, intervenante de soir poste 223

Joani Hamelin, intervenante de nuit poste 223

Richard Payant Intervenant 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,Françoise Lépine 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**
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**
Richard-Thomas Payant, Agent technique agent-tech@miels.org	**150**	**Gine Violette-Lapierre ,** intervenante jeunesse jeunesse@miels.org	**204**
		Charles-David Duchesne, formateur auprès des professionnels, (p.i.) recherche@miels.org	**154**
Services communautaires		**Francis Lessard,** Intervenant HARSAH PRISME, info@prisme.org	**207**
André Larose, Coordonnateur des services communautaires, entraide@miels.org	**202**	**Marc-André Gaudette**, intervenant HARSAH FIC, harsah@miels.org	**114**
Sarah-Emmanuelle Gauthier (Manue) intervenante Projet Porte Clé, intmilieulogement@miels.org	**-**	**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, agent de soutien au bénévolat, benevolat@miels.org	**113**	**LIGNE INFO-VIH et rendez-vous pour un dépistage :** 418 649-0788	**271**
Manuel Dubé, intervenant social,, intpsycho@miels.org	**213**	**Milieu de vie**	
Stéphan Quintal, cuisinier, cuisine@miels.org	**152**	**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: Vendredi 9 août 2019
Conception et mise en page : Pier-Ann R. ,Gilles S. , Diane P. et Nicolas P.

MIELS-QUÉBEC

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

JUILLET 2019

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

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	1 FERMÉ Fête du Canada	2 Café–Discussion	3 MOISSON	4 Jeux de société	5	6
7	8	9 Club de marche	10 MOISSON	11 Discussion-Café Atelier de peinture Aventuriers	12	13
14	15 1$ BANQUE ALIMENTAIRE	16 Café–Discussion BANQUE ALIMENTAIRE	17 MOISSON BANQUE ALIMENTAIRE	18 Club de marche	19 Groupe de Femmes	20
21	22 1$	23 Atelier Naloxone	24 MOISSON	25 Diner Comm. Atelier de peinture	26	27
28	29	30 Café–Discussion	31			

Ensemble, préparons un monde **SANS SIDA** ni **VIH**

MIELS-QUÉBEC

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

AOÛT 2019

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

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
				1 Jeux de société	2	3
4	5	6 Club de marche	7 MOISSON	8 Club de marche et peinture MÉCHOUI	9	10
11	12	13 Jeux de société	14 MOISSON	15 Groupe des Aventuriers	16	17
18	19 1$ BANQUE ALIMENTAIRE	20 Groupe de Femmes BANQUE ALIMENTAIRE	21 MOISSON BANQUE ALIMENTAIRE	22 Atelier de peinture	23	24
25	26 1$	27 Jeux de société	28 MOISSON	29 Diner Comm. Club de marche	30	31

FÊTE ARC-EN-CIEL DE QUÉBEC

FÊTE ARC-EN-CIEL DE QUÉBEC : DU 29 AOÛT AU 1er SEPTEMBRE 2019

Participez aux festivités et venez nous visiter au kiosque du MIELS-Québec.

Si vous souhaitez vous impliquer, contactez un membre de l'équipe de prévention.

Pour plus de détails sur la programmation, consultez le site internet : www.fetearcenciel.ca