

Voilà maintenant deux longs mois que nous sommes plongés dans un moment historique de crise qui transforme nos vies. Les dernières semaines ont apporté leur lot de bouleversements, de déséquilibres et de moments de noirceur dans nos cœurs et nos quotidiens, nous en sommes tous conscients. Toutefois, nous assistons aussi jour après jour à d'innombrables démonstrations de résilience et de solidarité qui, comme la lumière des étoiles qui brillent la nuit, éclairent notre chemin et nous guident vers des temps plus sereins, nous l'espérons.

Avec les jours qui se réchauffent et s'allongent, nous aurons l'occasion tous et toutes de sortir dehors, de se recentrer à l'essentiel et de reconnecter à la nature, l'un des meilleurs remèdes pour la santé. Nous avons la chance d'habiter une magnifique ville au riche patrimoine historique, aux espaces verts abondants et aux nombreux points de vue pour observer les couchers de soleil aux éclatantes couleurs.

À tous nos membres et notre équipe, retrouvons le plaisir de s'évader hors de nos nids, d'aller marcher au bord du fleuve, d'explorer les sentiers de plein-air dans la région, de faire des pique-niques allongés dans les parcs ou de respirer l'air pur du dehors, toujours en respectant la distanciation physique (mais pas sociale) et les consignes de la Santé publique.

Comme le philosophe Sénèque l'a si bien dit : « La vie ce n'est pas d'attendre que les orages passent, c'est d'apprendre à danser sous la pluie. » Bon mois de juin !



Bienvenue	page 1	Le mois prochain	page 14
Mot de la cordrection	page 2	Répertoire	page 15
Mot leader communautaire	page 3	Calendrier du mois de juin	page 16
Mot du leader préventive	page 4		
Groupe de discussion	page 5		
Moisson Québec	page 6		
Banque alimentaire	page 7		
Prévention	page 8		
Espace des membres	page 9-10		
Comité HMS + Avis de décès	page 11		
Photos	page 12-13		

# MOT DE VOTRE CODIRECTION GÉNÉRALE

## - MOT DE KATY ET FRANÇOIS-XAVIER

Bonjour à tous !

Enfin l'été ! Le soleil distribue sa vitamine D, nous gorgeant de bonheur, de force et de vitalité. Malgré la distanciation physique, il importe de profiter de cette saison bien méritée. Chez MIELS-Québec, on ne relâche pas. Bien sûr, la majorité de notre temps est consacré aux services alimentaires, mais déjà nous avons la tête pleine d'idées en attente du jour où nous pourrons ouvrir de nouveau notre milieu de vie de façon sécuritaire.

Entre temps, nos intervenants s'assurent du bien-être de nos membres en offrant un support téléphonique selon les besoins. Notre intervenante psychosociale est aussi en poste dans l'intention de vous soutenir, et nos intervenantes de proximité par le biais de notre Service de Soutien et d'Accompagnement Marc-Simon sont sur le terrain, pouvant répondre aux différentes demandes de nos membres.

Cela dit, en téléphonant au 418-649-1720 poste : 213, c'est une multitude de services qui sont à votre portée. En cas de besoin, n'hésitez pas à nous contacter afin de nous permettre de vous assister.

Du côté de la prévention, nos intervenants de chôment pas non plus. L'équipe travaille fort à adapter ses services afin de continuer d'offrir à nos membres et à nos populations de l'information juste et accessible en matière de santé sexuelle. Cela se traduit entre autres par le maintien des services du PRISME incluant le volet groupe de soutien, l'intervention téléphonique ainsi que l'intervention faite sur internet

De plus, gardez l'œil ouvert. Vous risquez de voir sous peu tout le travail qui a été mis dans la création de notre nouveau site internet. D'ici là, nous tentons de vous joindre par tous les moyens virtuels possibles afin de passer un peu de temps avec vous. Les groupes de discussion vont bon train, et notre page Facebook est très active en vue de vous tenir au courant de nos différentes actions. Elle nous permet aussi de vous lire, à notre plus grand plaisir ! Par contre, nos journées de livraisons restent nos préférées. Voir vos visages souriants et recevoir votre gratitude relativement à notre travail est notre salaire le plus important. Bref, loin des yeux, près du cœur, tel est notre nouvel adage !

Au grand plaisir de vous côtoyer bientôt.

François-Xavier Schmitz-Lacroix

Codirecteur général - administration, communication et développement

**Katy Rodrigue**

Codirectrice générale - programmes et services



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

# MOT DE LA LEADER DE L'INTERVENTION COMMUNAUTAIRE



Bonjour à vous chers membres confinés!

Déjà plus de deux mois que nos vies ont toutes été chamboulées par cette toute petite chose invisible à nos yeux qu'est le CORONAVIRUS. Tout ce qui était important une journée est devenue secondaire le lendemain. Nos routines et nos repères n'existent plus. Une chose aussi simple qu'aller au dépanneur est devenu un rituel très complexe.

Même le MIELS-Québec a été chamboulé. Nous sommes passé d'une grande maison habitée par des membres, bénévoles et employés qui fourmillent de vie et s'affairent à leurs tâches en riant, à moins de dix personnes au bureau, au télétravail, à Facebook et aux livraisons de moissons.

Rapidement, nous avons dû nous découvrir de nouveaux talents de livreurs et mettre à jour nos connaissances en technologie pour pouvoir travailler à distance et être efficace.

Pour vous, c'est une moisson qui arrive à votre porte. Pour nous, ce sont des heures d'organisation. La quasi-totalité de l'équipe est mise à profit pour la moisson. La réception des denrées se fait le mardi matin comme à l'habitude, mais dorénavant, en plus de la placer, nous devons faire plus de 300 sacs d'épicerie et ce le plus rapidement possible pour être capable d'en livrer dès le mardi après-midi. Nos intervenants arrivent, on charge les voitures et on déploie nos équipes avec une application web qui me permet de les suivre en temps réel. C'est plus de 100 moissons qui vous sont livrées chaque semaine avec l'ajout des plats préparés avec amour par notre cuisinier Stéphan. Nous vous avons concocté une petite vidéo pour vous montrer l'envers du décor en temps de pandémie. Prenez le temps d'aller visiter la page Facebook du MIELS-Québec. Vous y trouverez aussi des capsules vidéo de nos intervenants qui vous partagent leur réalité en confinement.

En attendant qu'on puisse enfin se retrouver... restez chez vous, et prenez soin de vous...

**Manue**

# MOT DU LEADER DE L'INTERVENTION PRÉVENTIVE

Bonjour à toute la famille du MIELS-Québec.

Le temps chaud arrive petit à petit et les journées s'allongent. Malgré la situation actuelle, il faut commencer à voir la lumière au bout du tunnel. Que ce soit l'été qui commence à faire surface ou encore le début du déconfinement, il y a de quoi regarder en avant. Petit à petit le retour à la normale se fera, bien que sûrement ce sera différent de ce que nous connaissons.

La situation actuelle ne nous empêche cependant pas de continuer à faire tourner les engrenages à l'arrière du décor. Votre équipe du MIELS-Québec continue à travailler fort à la création de contenu et au maintien de certains de nos services. Sachez que c'est avec le plus grand plaisir que nous vous livrons les colis alimentaires le mercredi et que nous apprécions chaque instant aussi bref soit-il passé avec vous. Vos sourires nous motivent et nous gardent de bonne humeur!

Profitons du temps que nous avons en cette période pour prendre soin de soi et s'aider les uns les-autres. Il y a certainement certains gestes simples que vous pouvez poser, tels que :

- Partager un repas avec des amis ou des proches via vidéo (Messenger par exemple);
- Prendre des nouvelles de votre entourage ailleurs que via les médias sociaux;
- Rester généreux et empathique envers les autres dans cette période difficile;
- Prendre des nouvelles de ses voisins;
- Sortir dehors;
- Et plusieurs autres activités ou projets qui se font de la maison.

N'oublions personne et ne nous oublions pas!

**Patrick Labbé**, leader aux interventions préventives.



# SERVICES COMMUNAUTAIRES

Bonjour tout le monde,

Voilà que les groupes de discussion thématiques « en ligne » sont officiellement commencés depuis jeudi le 30 avril 2020. Cette activité semble bien appréciée jusqu'à présent et obtient de bons commentaires. Les objectifs visés par ces groupes sont de vous permettre de briser l'isolement, créer des liens avec les autres membres, offrir un espace de partage et de respect dans lequel chacun(e) a la possibilité de s'exprimer et d'écouter les autres. Un intervenant est disponible pour animer la discussion et gérer le temps afin que chaque participant ait l'opportunité de s'exprimer de façon équitable.

Les groupes sont composés d'un nombre maximal de 6 à 8 personnes qui doivent s'inscrire à l'avance. La meilleure façon de communiquer avec Steve est par courriel à l'adresse suivante : [intviecomm@miels.org](mailto:intviecomm@miels.org)

Vous pouvez également compléter ce court sondage en ligne (deux questions seulement) afin de nous laisser savoir les thèmes que vous aimeriez aborder dans les discussions. Prenez soin de nous laisser votre nom, adresse courriel et numéro de téléphone afin que nous puissions communiquer avec vous au besoin. Voici le lien pour remplir le sondage :

<https://fr.surveymonkey.com/r/Z3CP7XV>

Merci et au plaisir de vous y retrouver !

**Steve**, intervenant à la vie communautaire



# SERVICES COMMUNAUTAIRES

## Livraison des colis Moisson Québec

Notre service de livraison de colis alimentaires Moisson Québec représente maintenant plus de **100 livraisons par notre équipe d'employés**. Tout un défi au niveau de la logistique et de l'entreposage des denrées, mais nous sommes particulièrement fiers de le relever chaque semaine. Nous tenons à remercier chacun d'entre vous pour votre compréhension et votre adaptation à cette situation exceptionnelle.

**Si vous n'avez pas besoin d'aide alimentaire pour cette période, ou que vous préférez laisser les denrées à des gens plus vulnérables, vous aurez la possibilité de le confirmer à l'intervenant qui vous appellera.**

Pour terminer, nous aimerions encore une fois remercier nos employés qui ont travaillé de façon exemplaire pour fournir à tous les demandes de colis alimentaires. Mettre en œuvre un tel fonctionnement n'est pas rien, mais le défi a été relevé haut la main. Félicitations à tous pour votre excellent travail.

Sur ce, prenez bien soins de vous, ça va bien aller !

**Katy Rodrigue**

Codirectrice générale – programmes et services

**François-Xavier Schmitz-Lacroix**

Codirecteur général – administration, communication et développement



# SERVICES COMMUNAUTAIRES

## Banque alimentaire du mois de mai

Toujours dans l'idée de continuer à respecter les recommandations de la Santé Publique et de prendre soin de minimiser les déplacements de nos membres, **notre banque alimentaire de mai sera offerte de la même façon que celle d'avril.**

Pour le mois de mai, c'est donc un montant de 50\$ en carte-cadeau de votre choix qui vous sera offerte **sans aucune contribution.**

Le local de la banque alimentaire restera donc fermé. Vos cartes-cadeaux vous seront acheminées par les intervenants lors des livraisons du **mardi 19 mai et mercredi 20 mai.**

Le choix d'épicier sera d'emblée celui que vous avez choisi en avril. **Si vous devez faire des changements (adresse, téléphone ou épicerie choisie), vous pouvez contacter notre intervenante psychosociale Caroline au 418-649-1720 poste : 213.**

Nous sommes conscients que certains de nos membres vivent une période très éprouvante, et nous espérons que ce changement temporaire pourra vous aider à minimiser le stress dû à cette situation exceptionnelle. Nous tenons aussi à souligner encore une fois votre collaboration et votre compréhension face à tous ces changements que nous sommes dans l'obligation de mettre en place temporairement afin de maintenir nos services essentiels.

On ne lâche pas, ça va bien aller !



**Katy Rodrigue**

Codirectrice générale programmes et services

**François-Xavier Schmitz-Lacroix**

Codirecteur général administration, communication et développement

# PRÉVENTION

## Consommer à moindre risque en temps de confinement

Voici des points brefs pour supporter nos membres utilisateurs de drogues durant cette période de confinement.

En contexte de pandémie mondiale et de confinement, les messages véhiculés sont de sortir le moins souvent de chez soi et de ne pas faire de rassemblement. Toutefois, nous savons que malgré ce confinement obligatoire, plusieurs personnes ne peuvent pas arrêter de consommer subitement. Cela peut donc occasionner certains risques pour ces gens qui utilisent des drogues. Ci-dessous, quelques conseils et recommandations :

### **1. S'assurer d'avoir assez de matériel de consommation sécuritaire**

Nous savons que le fait de devoir limiter ses sorties peut donner envie de ne pas aller se réapprovisionner en matériel de consommation sécuritaire, et de le réutiliser ou de le partager avec des amis ou des voisins. Sachez que l'équipe de MIELS-Québec s'engage à livrer du matériel de consommation à la demande et en aura d'emblée lors des livraisons de Moisson, les mardis et mercredis.

### **2. Envisager la possibilité de rationner sa consommation**

Si vous le pouvez, essayez de la réduire progressivement (en diminuant la quantité prise chaque jour). Si tu fais une réserve de produits, sois prudent : la tentation lorsque que tu as de plus grandes quantités de drogues peut être dangereuse.

### **3. Garder en tête que les produits vendus sur la rue peuvent être de moins bonne qualité et coûter plus cher dû aux problèmes d'approvisionnement.**

Il est important de consommer selon les conseils habituels, soit de faire des doses-test avant et de consommer en petites quantité en espaçant les consommations.

### **4. Dans ce contexte où l'on encourage de rester isoler, il est d'autant plus important de faire attention aux risques de surdose si tu consommes seul.**

Il est important d'avoir de la Naloxone (antidote contre les surdoses d'opioïdes) avec soi. MIELS-Québec peut t'en fournir.

**Cette page de recommandations du gouvernement pourrait également être ajouté à l'article**  
:<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-210-27W.pdf>

Voici les autres sources pouvant être consultées :

<https://chemsex.be/chemsex-et-covid-19/#services-disponibles>

<https://www.anonyme.ca/2020/03/14/covid/>

<https://www.camh.ca/en/health-info/mental-health-and-covid-19#quarantine>

**Élizabeth Croft**, intervenante auprès des utilisateurs de drogues

# ESPACE DES MEMBRES

Quelle belle surprise j'ai eu hier de recevoir de la visite imprévue. C'était un ange avec son large sourire réconfortant et les mains remplies de cadeaux ; généreuse moisson, cartes-cadeaux de 50 \$ pour la banque alimentaire du mois, et de plus, une lettre personnalisée de reconnaissance pour mes implications communautaires bénévoles. Ça m'a vraiment ému, j'étais rempli de cette merveilleuse gratitude que l'on ressent au MIELS-Québec... J'apprécie beaucoup !

Un gros wow pour tous ces services alimentaires à domicile, les activités virtuelles, sans oublier les services de proximité du nouveau service de soutien et d'accompagnement Marc-Simon.

La continuité de la « Prévention virtuelle » est aussi belle à voir ! Au MIELS-Québec, depuis ses débuts en 1986, on a su faire face aux pires situations, on a toujours su donner un sens à notre mission, en évoluant et en innovant constamment dans les meilleurs délais. Bravo au Miels-Québec pour son évolution constante, et ses nombreux changements positifs...

Un merci spécial aux membres du conseil d'administration et à son président Guy Gagnon pour vos sages décisions multiples.

J'aimerais aussi souhaiter un bon départ à la retraite à notre super directeur général Roland Nadeau. Merci pour tes sages actions de tous les temps. Aussi, bon départ pour de nouveaux défis à Charles David Duchesne, et bienvenue à Yann qui joint la prévention.

Bienvenue à nos nouveaux codirecteurs, François-Xavier pour l'administration, les communications et le développement, ainsi qu'à Katy Rodrigue aux programmes et services. On salue votre mise en place judicieuse et vos décisions rapides face à la COVID-19. Grâce à vous, nous pouvons rester à la maison. Merci pour les services alimentaires et pour les bons plats congelés de Stéphan et son équipe.

Nous avons toujours surmonté les épreuves de tous les temps, et encore aujourd'hui vous êtes intemporel « à l'image d'une ruche » avec vous tous, employés, usagers impliqués, bénévoles, nos anges sont en première ligne. J'ai aussi une immense gratitude pour vous, la vie continue, une chance qu'on s'a, nous sommes fiers de nous tous. « Unis ensemble » nous faisons une belle grosse famille tissée serré...

**Mario Veilleux**

# ESPACE DES MEMBRES

## Conscience sociale

Ce n'est qu'une conséquence de mon isolement ou une mûre réflexion sur notre milieu de vie communautaire.

Moi qui ai toujours été « colleux » je m'ennuie à mourir en ce temps de COVID-19. Comme c'est doux d'être chaleureux à 2 mètres... j'en ai froid dans le dos. Je n'ai pas le goût de me plaindre, ma conception d'une conscience sociale m'en empêche.

Petit mot politique. J'ai vu certains partis politique pester contre d'autres, et c'est « pitoyable ». J'espère que les gens se souviendront de leurs « coupures » dans le système de santé, dans les services sociaux et communautaires. Par exemple, le MIELS-Québec, Moisson Québec, SABSA et tous leurs partenaires qui se révèlent aujourd'hui plus qu'essentiels pour énormément de gens afin d'offrir des soins à domicile, en accompagnement à l'hôpital, de la livraison de denrées alimentaires, du soutien moral et psychologique entre autres.

Tout ce que ces organismes offrent en temps normal, aujourd'hui en temps de crise, ils le font en double. Par contre, ils ne demandent pas de prime ou d'augmentation.

S'ils n'ont pas le titre de « service essentiel » sur papier, ils l'ont dans le cœur de notre communauté, car ils sont les fiers représentants d'une bonne conscience sociale.

Merci à tous

**Stéphan Royer**



# HÉBERGEMENT MARC-SIMON

Bonjour à vous tous chers membres,

Nous aimerions solliciter votre collaboration afin de souligner les 30 ans du service d'Hébergement Marc-Simon et le changement de cap de ce service vers le Soutien et Accompagnement Marc-Simon. Pour ce nouveau projet, un comité a été formé afin de préparer un album souvenirs relatant les différentes étapes de ce service au fil des années.

Cela dit, pour ceux qui le souhaitent et qui ont séjourné à l'hébergement durant ces années, nous aimerions discuter de votre expérience et recevoir vos témoignages, de façon anonyme ou non.

**Si vous êtes intéressé(e)s à participer à ce projet, il suffit d'appeler à l'organisme au plus tard le 1er juin 2020 afin de mentionner votre intérêt.** Par la suite, un membre du comité prendra contact avec vous afin de procéder à une entrevue téléphonique.

Au plaisir de vous entendre !

**Le Comité Mémoire HMS**

## AVIS DE DÉCÈS

Quelle tristesse en ce jour de vous apprendre le décès de M. Yves Chenard.

Être porteur d'un tel message nous attriste profondément mais nous savons qu'il aimait la vie et que son souhait le plus cher était de nous voir debout ; reconnaissants de ce que la vie apporte et avançant confiant vers notre destinée.

Nos plus sincères condoléances à ceux qui l'ont connu et côtoyé.

**L'équipe des employés du MIELS-Québec demeure disponible et avec vous lors de ces moments difficiles.**







# RAPPEL



## LE MOIS PROCHAIN

- Date de tombée pour tout article: **05 JUIN 2020**
- Date de parution: **15 JUIN 2020**

**Conception et révision: Katy, Steve, Pier-Ann & Marc-Anciel**

# RÉPERTOIRE DES EMPLOYÉS

<b>Caroline Faucher</b> Intervenante psychosociale intpsycho@miels.org	<b>213</b>	<b>Sarah-Emmanuelle Gauthier (Manue)</b> Leader de l'intervention communautaire entraide@miels.org	<b>210</b>
<b>Élizabeth Croft</b> Intervenante auprès des utilisateurs de drogues ud@miels.org	<b>206</b>	<b>Stéphan Quintal</b> Cuisinier cuisine@miels.org	<b>152</b>
<b>Francis Lessard</b> Intervenant HARSAH PRISME info@prisme.org	<b>207</b>	<b>Steve Auger</b> Intervenant vie comm. intviecomm@miels.org	<b>111</b>
<b>Gine Violette-Lapierre ,</b> Intervenante jeunesse jeunesse@miels.org	<b>204</b>	<b>Yann Lemieux,</b> Intervenant HARSAH FIC harsah@miels.org	<b>205</b>
<b>Marc-Anciel Gaudette</b> Chargé de projet Avancer/Advance alliance@miels.org	<b>114</b>	<b>MILIEU DE VIE</b>	
<b>Nancy Côté</b> Intervenante de proximité intervenantsams2@miels.org	<b>213</b>	<b>ACCUEIL</b>	<b>201</b>
<b>Patrick Labbé</b> Leader de l'intervention préventive prevention@miels.org	<b>209</b>	<b>Salle Danielle Lévesque</b>	<b>151</b>
<b>Pier-Ann Roy</b> Intervenante de proximité intervenantsams@miels.org	<b>213</b>	<b>Banque Alimentaire (Michel D.)</b>	<b>103</b>
<b>Richard-Thomas Payant</b> Agent technique agent-tech@miels.org	<b>150</b>	<b>Moisson</b>	<b>104</b>
		<b>Salle ordinateurs des members</b>	<b>153</b>
		<b>LIGNE INFO-VIH et rendez-vous pour un dépistage :</b>	<b>271</b>
		<b>418 649-0788</b>	

## - ADMINISTRATION

<b>Katy Rodrigue</b> Codirectrice programmes et services codgmiels@miels.org	<b>202</b>	<b>Roland Nadeau</b> Directeur général sortant comptabilite@miels.org	<b>201</b>
<b>François-Xavier S. Lacroix</b> Codirecteur administration, communication et développement dgmieles@miels.org	<b>203</b>	<b>France Reny</b> Adjointe à la direction adjdir@miels.org	<b>208</b>

# SIDUS

## JUIN 2020



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

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	1	2	3 <b>MOISSON</b>	4	5	6
7	8	9	10 <b>MOISSON</b>	11	12	13
14	15	16	17 <b>MOISSON</b>	18	19	20
21	22 <b>BANQUE ALIMENTAIRE</b>	23 <b>BANQUE ALIMENTAIRE</b>	24 <b>BANQUE ALIMENTAIRE</b>	25 <b>BANQUE ALIMENTAIRE</b>	26	27
28	29	30				