

L'équipe des employés du MIELS-Québec souhaite profiter de cette occasion pour vous rappeler que nous demeurons présents lors de cette situation exceptionnelle.

Nous savons très bien que ce n'est pas facile pour personne ce que l'on vit présentement, mais nous avons confiance en vous et confiance que vous respectez les directives émises par le gouvernement.

Il est important de rester à la maison le plus possible, de ne pas se rassembler et de respecter la distanciation sociale envers les autres (2 mètres). C'est de cette façon que plus vite nous réussirons à tous nous réunir.

Profitez de ces moments pour prendre du temps pour vous. Rien de mieux que de commencer un casse-tête, apprendre un nouvel instrument, peindre, téléphoner un membre de la famille ou renouer avec un vieil ami. Faites de cette situation de crise, une nouvelle opportunité.

On a tous très hâte de vous voir, on pense fort à vous.

ÇA VA BIEN ALLER !!!



Bienvenue	page 1	Bénévoles recherchés	page 13
Mot de votre président du C.A	page 2	Groupes hommes et femmes	page 14
Mot de votre président du C.A	page 3	Grande collecte Moisson Québec	page 15
Nouvelles importantes	page 4	Liste des thèmes de l'année	page 16
Leader intervention préventive	page 5	Prévention coronavirus	page 17
Nouvelles brèves vie communautaire	page 6	Projet « Plaisirs sécuritaires »	page 19
Ateliers de cuisine mobile	page 8	Initiation au sauna pour hommes	page 20
Grande conférence annulée	page 9	Groupe d'achats et banque alimentaire	page 21
Atelier artistique	page 10	Le mois prochain	page 22
Cabane à sucre	page 11	Répertoire	page 23
Grande soirée reconnaissance	page 12	Calendrier du mois d'avril	page 24

# CONSEIL D'ADMINISTRATION

## - MOT DE VOTRE PRÉSIDENT DU C.A

### Le MIELS-Québec est là pour toi!

Qui aurait pu imaginer? Qui aurait pu prédire la réalité à laquelle, collectivement, nous avons tous à faire face actuellement?

Pourtant, plus que jamais, dans le contexte de confinement auquel nous sommes confrontés, le nom de notre organisme prend encore une fois tout son sens :

- « **Mouvement** » : oui, nous sommes en mouvement, beaucoup de choses changent rapidement mais votre organisme s'adapte au fur et à mesure aux nouvelles réalités;
- « **d'information** » : les nombreux communiqués qui sont diffusés visent à vous maintenir au courant des plus récents changements et des modalités d'accès aux services auxquels vous avez besoin;
- « **et d'entraide** » : plus que jamais, nous mettons l'emphase sur cet aspect primordial, en soutenant les services les plus essentiels à toutes et tous;
- « **dans la lutte contre le VIH/Sida** » : c'est évidemment toujours au cœur même de notre mission et de toutes nos activités, afin de protéger les plus vulnérables!

En effet, afin de respecter les consignes de la Direction de la santé publique ainsi que les mesures sanitaires d'hygiène en vigueur pour tout le monde, vous avez noté que certaines activités ont dû être suspendues temporairement, telles l'accès au milieu de vie, les dîners communautaires, les rencontres des groupes de pairs, etc. Bref, toutes les activités donnant lieu à des rassemblements et à une trop grande proximité entre les personnes doivent être stoppées pour un certain temps afin de préserver la santé et la sécurité de tou(te)s.

Cependant, tous les services « essentiels » de « sécurité alimentaire », tels la **banque alimentaire**, la distribution de **Moisson Québec**, les **mets congelés**, etc., sont maintenus et même accentués, en raison de l'augmentation importante du nombre de demandeurs qui a été notée au cours des dernières semaines. Vous êtes plus nombreux mais nous nous adaptons à cette augmentation.

A cet effet, il est primordial de souligner les efforts constants et soutenus, ainsi que la capacité d'adaptation extraordinaire dont ont fait preuve tou(te)s les employé(e)s du MIELS-Québec : chacun(e) a mis la main à la pâte afin de s'assurer que chacun(e) ait accès à un soutien alimentaire de base. C'est vraiment un élément très important à souligner et une résolution du C.A. a d'ailleurs été adoptée à ce sujet : «Le C.A. adopte, à l'unanimité, une motion de félicitations et de remerciement pour la solidarité que tous nos employés déploient envers nos membres ainsi que toutes les mesures d'adaptabilité et de dévouement dont ils font preuve. ». Un très grand MERCI à tou(te)s pour votre résilience et pour l'entraide démontrée envers nos membres, une fois de plus!

Soulignons aussi de façon particulière le départ à la retraite de Liza-Nicole Bélanger, après plus de 20 ans au sein du MIELS-Québec : un MERCI du fonds du cœur pour son implication et son dévouement pendant toutes ces années!

Enfin, dans le contexte de l'annonce d'un autre départ à la retraite très significatif, soit celui de notre directeur général, Roland Nadeau, vous aurez déjà été informés de la mise en place, par le Conseil d'administration, d'une nouvelle structure administrative. La Direction générale est composée désormais de deux « co-directeurs », soit de Katy Rodrigue et de François-Xavier Schmitz-Lacroix, soit « F.X. ».

Tout d'abord, nos sincères remerciements à Roland pour avoir pris la barre du MIELS-Québec au cours des deux dernières avec une grande habilité et une grande rigueur: son expertise, sa connaissance de longue date de l'organisme et de son contexte de fonctionnement lui a permis d'amener un retour à la stabilité, en plus d'insuffler une nouvelle impulsion à toute l'équipe! Bravo et un très grand MERCI à Roland pour son implication sans relâche!

Aussi, merci beaucoup aux deux nouveaux « co-directeurs » d'avoir accepté de relever ce nouveau défi : à cet effet, ils bénéficient tous les deux de toute la confiance du Conseil d'administration afin de mener à bien les actions du MIELS-Québec au cours des prochaines années : nous leur souhaitons le meilleur succès et ils ont l'assurance de tout le soutien requis à cette fin!

En dernier lieu, je ne peux que vous encourager à demeurer résilient(e) dans le contexte actuel et à garder le cap vers le moment où nous pourrons tous revenir à certaines de nos activités préférées. Entre-temps, on vous encourage à ne pas hésiter à maintenir des liens (par téléphone, textos ou courriels...) avec vos proches, amis, autres membres, etc. Parfois, juste le fait de partager ses propres questionnements et ses craintes avec les autres nous aide tous à envisager les choses sous un angle différent et à poursuivre notre journée de façon plus positive!

Solidairement avec vous tou(te)s!!! Le meilleur est à venir!

Guy Gagnon, président du CA



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

# NOUVELLES IMPORTANTES

## HÉBERGEMENT MARC-SIMON SOUTIEN ET ACCOMPAGNEMENT MARC-SIMON

Le 31 mars dernier, notre dernière résidente quittait notre secteur hébergement.

La COVID-19 a eu pour effet d'accélérer le processus de fermeture de l'HMS. En effet, cette crise ne nous permettait plus de prendre de nouveaux résidents et les visites étant interdites. Le confinement obligatoire a eu pour effet d'accentuer le sentiment de solitude des résidents malgré nos efforts et dans cette situation un retour chez eux était un choix logique.

C'est quand même une page d'histoire qui se tourne. Après 33 ans, ce service reconnu comme un fleuron du MIELS-Québec, cesse définitivement ses activités. En 1987, la pandémie du SIDA obligeait notre organisme à mettre en place la Maison Marc-Simon, résidence en soins palliatifs; ce service nous a permis d'accompagner un grand nombre de personnes vivant avec le VIH-sida et leurs proches dans des moments extrêmement difficiles, et ce, en toute dignité.

Au cours des années, notre secteur hébergement s'est modifié, adapté à la nouvelle réalité du VIH. Nos employés et bénévoles se sont aussi adaptés et ont toujours été présents auprès des résidents et en réponse à leurs besoins.

Ce sont des centaines de personnes que nous avons accompagnées dans des moments difficiles. Notre personnel et nos bénévoles ont ensoleillé la vie de ces gens. Merci à vous, employés d'aujourd'hui mais aussi à tous ceux qui sont passés dans ce secteur névralgique. Votre dévouement, compassion, empathie et sollicitude ont été grandement appréciés.

Aujourd'hui nous débutons un nouveau service, le Soutien et Accompagnement Marc-Simon (SAMS) qui se veut un service plus près des membres, une aide mieux adaptée aux changements dans les besoins mais aussi mieux dirigée vers les gens qui expriment ce besoin. L'objectif premier de ce service est d'améliorer la santé de nos membres en les accompagnant et en facilitant les accès aux services de santé, tant publics que communautaires dans le but de retarder la prise en charge par les services de santé publique et éviter la désorganisation.

La COVID-19 a accéléré le processus de mise en place de ce nouveau service. Nous avons dû nous adapter, mais je crois en toute modestie que MIELS-Québec a démontré depuis longtemps sa capacité d'adaptation. Aujourd'hui, nos efforts se concentrent surtout sur le soutien de nos membres tout au long de cette crise sanitaire. Nous nous devons d'assurer les services essentiels comme les services alimentaires et l'accompagnement lors de rendez-vous médicaux nécessaires.

C'est un peu, même avec beaucoup de nostalgie que nous tournons la page sur 33 ans d'histoire, de merveilleux moments de partage et d'accompagnements. Les résidents que nous avons accompagnés nous ont fait grandir, ils ont traversé notre vie tout en y laissant une marque indélébile.

Merci à tous ceux qui ont contribué à cette merveilleuse aventure qui s'est révélée aussi une merveilleuse réussite.

Roland Nadeau

# VOTRE CODIRECTION

## - MOT DE KATY ET FRANÇOIS-XAVIER

Chers membres,

Malgré cette période d'incertitude, c'est avec grand plaisir que nous avons pris en charge nos postes à la codirection en date du 1<sup>er</sup> avril. Nous tenons donc à vous exprimer nos remerciements les plus chaleureux pour la confiance que vous nous témoignez et nous espérons vous faire honneur en nous montrant à la hauteur de ces grandes responsabilités.

C'est une crise sanitaire sans précédent que nous vivons présentement. En plus de 30 ans d'existence, jamais le MIELS-Québec n'a vécu autant de changements en un si court laps de temps : la transformation de notre service d'hébergement, la fermeture temporaire de notre milieu de vie, la mise en fonction de nouveaux services et le changement de structure organisationnelle. Malgré tout, nous sentons bien votre sentiment d'appartenance, votre grande empathie et votre soutien envers notre mission commune, et cela nous remplit de bonheur. Une fois de plus, le MIELS-Québec démontre une de ses forces vitales : l'adaptation. Cette capacité d'adaptation est un outil indispensable pour faire face aux situations difficiles, et une fois de plus, nous l'avons démontré haut la main par notre réponse concertée à cette crise. Ainsi, nous avons livré depuis le début du confinement plus de 300 colis alimentaires! Bravo à tous et à toutes pour cet acte de grande solidarité.

Nous aimerions profiter de l'occasion pour remercier du fond du cœur notre directeur sortant, M. Roland Nadeau. Son soutien indéfectible, ses connaissances et sa présence tout au long de ce processus de transition à la direction générale nous est inestimable. Merci aussi à notre conseil d'administration, qui a appuyé ce changement et qui a cru en nous. Finalement, un grand merci à toute notre équipe salariée et bénévole qui demeure motivée, professionnelle et efficace. C'est vraiment un plaisir de faire avancer les choses avec vous !

En terminant, merci à vous, les membres, avec qui nous devons malheureusement respecter la distanciation physique. Sachez par contre, que tous nos menons tous les efforts afin d'instaurer une grande proximité sociale entre nous malgré la distance.

Au grand plaisir de vous revoir bientôt !#çavabienaller

François-Xavier  
Codirecteur général – administration, communication et développement

Katy  
Codirectrice générale – programmes et services



# MOT DE LA LEADER DE L'INTERVENTION COMMUNAUTAIRE

## Confinement ne doit pas rimer avec isolement!

Je m'adresse à vous en toute simplicité en ces temps difficiles et inquiétants que nous vivons tous !! Tout autour de nous, on nous badigeonne de protection, de mises en gardes, de confinement, d'interdiction de vivre notre quotidien tout simplement.

La peur, les craintes et la panique s'installent chez plusieurs. Les gens auront tendances à s'isoler, à s'imaginer le pire, et par le fait même laisserons leurs vieux démons se réinstaller confortablement.

Pour certains c'est la consommation d'alcool, de drogues, de jeux. D'autres se protègent à grand coups d'arc-en-ciel, entrevoient la vie avec espoir et hurlent que ça va bien aller! Qu'importe comment vous vivez cette pandémie sachez que la gang d'intervenants du MIELS sont là pour vous.

C'est une crise majeure qui affectent TOUT LE MONDE, nous y compris! Mais, chaque semaine, nous tentons d'adapter nos services, de vous rejoindre malgré la DISTANCIATION PHYSIQUE. Que ce soit via téléphone, internet, FACEBOOK ou via les intervenantes de proximité. Si on ne peut pas vous aider on peut du moins trouver une solution ou vous supporter dans vos difficultés.

N'hésitez surtout pas à nous interpeller, à répondre à nos sondages sur les groupes de discussion Facebook, à vous inscrire à l'info-lettre. On s'adapte et on innove alors nous sommes ouverts aux suggestions d'activités virtuelles.

On dit toujours que le MIELS c'est comme une grande famille. Les membres d'une famille, ça se sert les coudes, et c'est ENSEMBLE qu'on passera au travers cette crise! Prenez soin de vous en restant sage-ment chez vous!



...  
VÄ  
AL-



CA  
BIEN

LER !!!!

# MOT DU LEADER DE L'INTERVENTION PRÉVENTIVE

Chers membres du MIELS-Québec

Je ne vous apprendrai rien en vous disant que nous vivons une situation des plus exceptionnelles depuis quelques semaines déjà. En ces temps particuliers, j'aimerais prendre le temps de vous remercier pour les beaux mots d'encouragements que vous envoyez à notre équipe. Cela fait chaud au cœur et sachez qu'il nous fait le plus grand plaisir de vous voir les mercredis lors de la livraison de Moisson.

Nous n'avons peut-être pas la chance de tous nous voir comme à l'habitude, mais il ne faut pas oublier que nous sommes toujours là et que nos pensées vont en votre sens. Il est facile de perdre de vue les gens qui nous entourent dans une telle période, mais ils sont toujours là. N'hésitez pas à prendre contact avec vos proches, vos amis, des gens de longue date ou même avec nous!

Le saviez-vous? Si vous nous laissez un message sur notre boîte vocale, bien que nous soyons à la maison, nous recevrons votre message dans notre boîte courriel! Il nous fera un plaisir de vous contacter par la suite!

Il faut profiter de cette pause, malgré qu'elle nous soit imposée. Cela ne nous empêche pas d'y trouver du positif et de prendre le temps de faire ce qu'on ne s'offre pas normalement le temps de faire.

Parfois, un simple appel est une des plus belles choses qu'on puisse s'offrir dans une période comme celle-ci. Aussi simple que cela puisse paraître, restez en contact fait un énorme bien. Prendre soin de sa santé, c'est aussi prendre soin de sa santé mentale!

J'ai déjà hâte de vous revoir dans notre milieu de vie. Ce sera un rendez-vous pour encore dans quelque temps, mais d'ici là ne nous oublions pas!

Je vous souhaite un très beau mois de mai à tous!

Patrick Labbé  
Leader aux interventions préventives

# SERVICES COMMUNAUTAIRES

## Nouveaux services : vie communautaire

### Plats congelés

Pendant ce temps de crise, le MIELS-Québec a instauré un service de plats congelés. Ces plats sont minutieusement conçus dans nos cuisines, par notre cuisinier et son équipe. C'est plus de 350 plats congelés par semaine qui sont fabriqués et remis à nos membres lors de la livraison des colis alimentaires de Moisson Québec. Merci à Stéphane, notre cuisinier, d'avoir mis sur place ce service si rapidement et efficacement !



### Groupes de discussion en ligne

Pour combattre l'isolement et la solitude causées par le confinement, nous vous invitons à participer aux groupes de discussion thématiques en ligne qui se dérouleront les après-midis en semaine. Les objectifs visés par cette activité en ligne sont de vous permettre de briser l'isolement, de 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 sera disponible pour animer des groupes de 6 à 8 personnes qui devront s'inscrire à l'avance. Les participants seront invités à choisir à l'avance les thèmes par le biais d'un court sondage (deux questions seulement) qui vous trouverez en vous rendant que ce lien :

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

Lors des suivis téléphoniques que les intervenants font avec vous, on vous demandera si vous désirez participer à ces groupes et quels sont les sujets/thèmes que vous aimeriez aborder. Cela permettra de rejoindre les membres qui ne sont pas en mesure de remplir le sondage sur internet.

Nous espérons que cette nouvelle activité en ligne saura répondre à vos besoins.

L'équipe des services communautaires.



# SERVICES COMMUNAUTAIRES

## Livraison des colis Moisson Québec

Bonjour à tous,

Comme vous avez pu le constater cette semaine, nous avons mis en place notre service de livraison pour tous les membres qui profitent du service de colis alimentaire de Moisson Québec, et ce, pour la période de confinement. Cela représente plus de 80 colis livrés 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 l'avoir relevé. Nous tenons à remercier chacun d'entre vous pour votre compréhension et votre adaptation à cette situation exceptionnelle.

**Vous serez toujours appelés en début de semaine afin de confirmer votre prochaine livraison, 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 demande 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 d'avril

Bonjour à tous,

Afin de bien répondre aux recommandations de la Santé Publique, et de minimiser les sorties extérieures de nos membres, notre banque alimentaire d'avril devra fonctionner différemment.

Dans un premier temps, considérant la situation sanitaire exceptionnelle, la contribution des membres **pour la banque alimentaire sera gratuite pour le mois d'avril.**

Aussi, après nombreuses réflexions, nous avons décidé de fermer le local de la banque alimentaire et de bonifier la valeur des cartes cadeaux habituelle en offrant **un montant de 50,00\$** aux utilisateurs de la banque alimentaire **pour ce mois-ci.** Nous réévaluerons cette mesure d'exception chaque mois.

De plus, toujours dans le but d'éviter les déplacements, les cartes-cadeaux vous seront remises lors de votre livraison de Moisson, **mercredi le 22 avril 2020.** De cette façon, nous éviterons donc une centaine de déplacements à l'organisme.

Pour ceux qui ne reçoivent pas de colis Moisson Québec, nous vous enverrons les cartes par la poste. Nous vous demandons par contre de **confirmer votre adresse avec Caroline, intervenante psychosociale au 418-649-1720 poste : 223.**

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

## La sexualité au temps de la COVID-19

*Pour réduire la propagation de COVID-19, chacun doit s'adapter en restant à la maison le plus possible et en limitant les sorties non-essentielles et les contacts avec les autres. Qu'en advient-il de notre sexualité dans tout ça ? Le sexe et l'intimité sont des besoins naturels même en temps de crise. Pour certaines personnes, le sexe est également utilisé comme travail et source de revenu et pour d'autres comme mécanisme de défense et d'adaptation devant l'adversité et le stress, en cela il n'est pas du tout évident de s'en abstenir même en temps de crise. Voici donc un article intitulé « **Ayez du plaisir en restant prudent** » publié le 10 avril dernier par le magazine **Fugues** au sujet de la sexualité en temps de confinement :*

**« Les besoins notamment sexuels demeurent bien que le monde soit bouleversé. Toutefois, les recommandations sont claires...**

Il faut éviter les rapports sexuels avec des partenaires occasionnels. Le coronavirus se transmet par tout contact physique, y compris lors de rapports sexuels. Si plusieurs personnes se réunissent dans un espace restreint, notamment pour une orgie, le risque de transmission est extrêmement élevé. Il est préférable de reporter les rencontres sexuelles à plus tard afin de se protéger et de protéger les autres. Pour autant, cela ne signifie pas que l'on doit renoncer au plaisir et à la sexualité. Même en étant seul physiquement, il existe une multitude de façons plus créatives les unes que les autres d'avoir une sexualité satisfaisante.

### **Est-ce que je peux encore avoir des rapports sexuels avec des partenaires?**

Oui, mais uniquement avec votre partenaire ou d'autres personnes vivant sous le même toit. Il faut préalablement être au clair sur l'accord concernant les partenaires en dehors du couple, qu'aucun ne présente de symptômes de coronavirus et que personne d'autre ne vous rejoigne pour avoir des rapports sexuels. Si ces conditions sont réunies, vous pouvez avoir des rapports sexuels ! Il ne faut pas laisser le coronavirus gâcher votre plaisir.

### **Les règles du sécurisexe protègent-elles aussi du coronavirus?**

Le coronavirus se transmet par la salive, y compris les postillons, les règles ordinaires du sécurisexe ne sont donc pas efficaces. Il est donc recommandé d'éviter les rapports sexuels avec des partenaires occasionnels pendant la crise du coronavirus. Cela dit, c'est plus facile à dire qu'à faire. Pour répondre à ces envies sexuelles, il est possible de trouver des alternatives : la masturbation, le porno, les sextos ou les chats en ligne y compris avec cam en direct... heureusement qu'il reste l'internet!

### **Puis-je quand même faire un dépistage du VIH et des autres IST?**

Les cliniques comme L'Actuel et le CMU du Quartier Latin\* maintiennent leurs offres de services de santé et de dépistage à toutes personnes ne présentant pas de symptômes associés au COVID-19 (Toux sèche, fièvre, difficulté à respirer, mal de gorge, diarrhée). Mais ailleurs, il est possible que les dépistages de routine doivent être reportés pour le moment. En l'absence de symptômes et d'exposition au VIH, il est recommandé d'attendre quelques semaines.

*\*Pour la région de Québec, veuillez contacter la Ligne ITSS au 1-844-683-4877 pour accéder au dépistage en cas de symptômes physiques ou d'une possibilité réaliste d'exposition récente à une ITSS. Les dépistages de routines sont reportés pour le moment.*

# PRÉVENTION

**Je prends la PrEP mais je n'ai pas de rapports sexuels en ce moment. Dois-je faire une pause?**

En période d'abstinence sexuelle, il peut être pertinent de faire une pause dans la prise de la PrEP. Mais avant d'arrêter, il est important de prendre encore un comprimé par jour pendant 7 jours après le dernier rapport sexuel. Important : avant de reprendre une activité sexuelle, il faut réinitialiser la PrEP correctement.

**La PrEP protège-t-elle contre le COVID-19 ? Qu'en est-il des autres médicaments contre le VIH?**

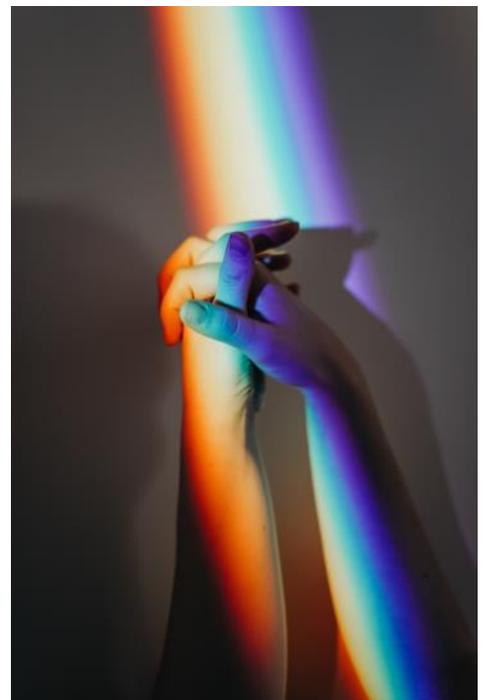
Non. Bien qu'il y ait eu des rumeurs selon lesquelles la PrEP protégerait également du Coronavirus, cela est faux. Ce qui est vrai, c'est que certains médicaments contre le VIH pourraient être capables de maîtriser la réplication du coronavirus dans l'organisme. Il s'agit essentiellement du Kaletra (Lopinavir/Ritonavir) car il y a eu des rapports de cas individuels et parce que le Kaletra a été utilisé dans des essais contre le SRAS en 2004. Cela dit, les premiers résultats sont plutôt décevants. On espère maintenant que ces médicaments pourraient être plus efficaces s'ils sont utilisés à un stade plus précoce de l'infection. D'autres essais sur l'utilisation du Kaletra contre le coronavirus sont toujours en cours.

**Une infection par le coronavirus pourrait-elle avoir un effet sur un dépistage du VIH?**

Jusqu'à présent, aucune infection n'a remis en question la fiabilité des dépistages du VIH – pas même une infection par les quatre souches de coronavirus actuellement en circulation. Les anticorps contre le SRAS-CoV-2 (virus responsable du COVID-19) ne devraient donc pas interférer avec un dépistage du VIH. »

Source intermédiaire : [Dr.Gay.ch](http://Dr.Gay.ch)

*PS : Sachez en terminant que l'équipe en prévention du MIELS-Québec est toujours disponible si vous avez des questions, si vous avez besoin de parler de vos difficultés avec le confinement et la sexualité ou vous désirez en savoir plus sur l'état des services en santé sexuelle actuellement, notamment le dépistage et l'accès au matériel de prévention. N'hésitez pas à communiquer par courriel au [prevention@miels.org](mailto:prevention@miels.org), par téléphone au 418-649-1720 ou via notre page Facebook afin d'être mis en contact avec un.e intervenant.e.*



# PRÉVENTION

## Arrêt des services, qu'en est-il de la prévention?

Vous vous posez peut-être la question à savoir ce qu'il advient des services de la prévention en ces temps hors du commun. Sachez que l'équipe de la prévention continue à mettre des efforts considérables dans la création de nouveau contenu et dans la modification de nos services afin de pouvoir continuer à répondre aux besoins des différentes populations quant à la santé sexuelle.

En d'autres mots, cela signifie que nous profitons de ce moment pour réfléchir et créer de nouveaux ateliers et services pour notre retour à la normale. Cela implique aussi que nous modifions ou créons du contenu pour la période de confinement afin d'offrir des services en ligne!

Cela ne nous empêche pas de maintenir aussi certains de nos services déjà existants!

### **Intervention internet :**

Nous continuons à assurer une présence tout au long de la semaine de travail sur les différentes plateformes de rencontre pour hommes afin de faire de la prévention en matière de santé sexuelle. Dans le contexte actuel, on ne manque pas de questions de la part des utilisateurs!

### **Ligne Info-VIH :**

Et oui! Malgré notre absence dans les locaux du MIELS-Québec, il est toujours possible pour les gens de nous contacter via la Ligne Info-VIH. Il suffit de laisser un message sur la boîte vocale et nous recevrons celui-ci! Il nous sera alors possible de recontacter les personnes concernées!

**(418) 649 0788**

### **Page Facebook :**

En ce moment nombreux d'entre nous passons du temps sur les réseaux sociaux tels que Facebook, nous continuons donc à mettre à jour les informations sur notre page afin de tenir les gens à jour sur ce qui se passe de notre côté et chez nos partenaires! C'est une façon efficace de rester à l'affût des services que nous offrons en cette période.



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

# PRÉVENTION, DÉPART D'UN EMPLOYÉ

Bonjour à tous et à toutes,

La situation dans laquelle nous plonge la pandémie mondiale de la COVID-19 me force à utiliser l'écriture pour vous partager une information importante. En temps normal, sachez que j'aurais pris la peine de vous faire cette annonce en vous rencontrant personnellement.

Il y a maintenant bientôt 11 mois que j'ai le privilège de grandir au MIELS-Québec, non seulement à titre de professionnel, mais également comme être humain. Au cours des derniers mois, j'ai appris à connaître des personnes avec des intérêts, des histoires et des parcours qui les singularisent. J'ai partagé d'innombrables moments de qualité avec des êtres extraordinaires que je porterai toujours dans mon cœur. J'ai également été choyé en me rapprochant davantage de certains d'entre vous, en pouvant compter sur votre soutien et votre implication dans tous mes projets. Je tiens aujourd'hui à vous en remercier sincèrement. Merci, merci et merci encore!

Le caractère « temporaire » de mon affectation au MIELS-Québec me force aujourd'hui à tourner une page importante, en mettant le cap vers de nouveaux défis à relever. C'est donc le cœur rempli de nostalgie que je vous informe aujourd'hui de mon départ, effectif à partir du 27 mars prochain.

Je tiens néanmoins à vous rassurer en vous disant que nous nous reverrons. Mon désir le plus cher est de continuer à participer aux activités organisées occasionnellement, pour ne jamais trop m'éloigner de ma « famille ». Je tiens également à vous assurer que tous les projets sur lesquels j'ai travaillé et auxquels vous avez participé seront repris par mes collègues.

Je ne suis pas inquiet pour la suite des choses. Le MIELS-Québec est choyé de pouvoir compter sur des employés et des membres en or. En 11 mois, j'ai remarqué que notre organisme rayonne de plus en plus dans la ville de Québec et plus largement, dans la province. Vous pouvez tous en être très fiers!

Au plaisir de vous recroisez prochainement.

À très bientôt!

*Charles-Daniel Duchesne*



# PRÉVENTION, ARRIVÉE D'UN NOUVEL EMPLOYÉ

Bonjour, bonsoir, bon matin

Je suis un nouvel employé et je m'appelle Yann.

Diplômé en relation d'aide, intéressé par la santé sexuelle et ayant plusieurs années d'expérience en intervention, je suis plus que content de pouvoir remplir le poste d'intervenant à la prévention gbHARSAH chez la belle famille de MIELS-Québec.

Je suis là pour vous aiguiller dans vos questionnements et collaborer avec vous pour faire en sorte que la ville de Québec puisse atteindre ses objectifs 90-90-90 de l'ONUSIDA, et les maintiennent, et c'est ensemble que nous réussirons.

Selon moi chaque personne peut apporter quelque chose d'unique alors n'hésitez à me faire part de vos idées !

Dans ma vie personnelle je me passionne pour le cani-cross, avec mon chien Charlot, la cuisine, le monde de la musique et le cinéma !

J'ai également d'autres passions bien singulière que je serais ravi de partager avec vous.

Au plaisir et sincèrement,

Yann



# **BOTTIN COVID-19**

- ◆ MIELS-Québec : 418-649-1720
- ◆ Info-Santé / Info-Social : 811
- ◆ Clinique assistance juridique gratuite (Covid-19) : 418-838-6415
- ◆ Tel-Aide : 514-935-1101
- ◆ Centre de crise de Québec :
- ◆



# RAPPEL



## LE MOIS PROCHAIN

- Date de tombée pour tout article: **08 mai 2020**
- Date de parution: **18 mai 2020**

**Conception et révision: Pier-Ann R, Katy R, Marc-Anciel G.**

# 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 HARSAH 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

## MAI 2020



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

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
			<b>MOISSON</b>		1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
	<b>BANQUE ALIMENTAIRE</b>	<b>BANQUE ALIMENTAIRE</b>	<b>BANQUE ALIMENTAIRE</b>	<b>BANQUE ALIMENTAIRE</b>		
24/31	25	26	27	28	29	30
			<b>MOISSON</b>			