

NOVEMBRE 2021

SIDUS



MOT DE VOTRE CODIRECTION GÉNÉRALE

Novembre 2021

Bonjour à tous et à toutes,

Nos magnifiques arbres se parent de couleurs chaudes, mais la saison froide est à nos portes. En revanche, cette saison apporte enfin de belles activités chaleureuses au sein de notre organisme ! Dans un premier temps, nous vous invitons à revêtir vos costumes et faire preuve de votre plus grande créativité lors de notre dîner communautaire d'Halloween qui aura lieu le 29 octobre. Cette journée sera assurément festive et colorée, et des prix seront remis aux costumes les plus originaux !

Pour ce qui est des prochains événements à inscrire à votre calendrier, notez la date du 11 novembre ; le retour de notre activité d'automne !

Nous irons jouer aux quilles au Quillorama Frontenac. Réservez rapidement, seulement 40 places sont disponibles. Nous espérons vous y voir nombreux afin de profiter de cette belle activité sociale tous ensemble.

Sur ce, je vous souhaite un bel automne rempli de bonheur et de bons moments.

François-Xavier & Katy

02 - MOT DE LA CO-DIRECTION
03 - RUBRIQUE DES EMPLOYÉ·ES - Joé Lemoine, stagiaire
04 - MUZIKÂL X MIELS-QUÉBEC
05 - ESPACE MEMBRE - VOUS AIMERIEZ ÉCRIRE DANS LE SIDUS ?
06 - ESPACE MEMBRE - VOUS AVEZ DES CHOSES À DONNER ?
07 - ESPACE MEMBRE - Guy Bernier
08 - ESPACE MEMBRE - Guy Bernier (suite)
09 - CUISINES CRÉATIVES
10 - RECETTE DE LA CUISINE CRÉATIVE
11 - PROCHAINE VISITE DE L'APICULTEUR
12 - COIFFEUSE COMMUNAUTAIRE
13 - SOUTIEN ET ACCOMPAGNEMENT MARC-SIMON
14 - LOGO DU 35E
15 - DÎNER COMMUNAUTAIRE D'HALLOWEEN
16 - RETOUR DE L'ACTIVITÉ D'AUTOMNE
17 - PROCESSUS DE PLAINTÉ
18 - GROUPE DE DISCUSSION
19 - GROUPE DE DISCUSSION
20 - PRISME
23 - GROUPE DE SOUTIEN EN SANTÉ MENTALE ET BIEN-ÊTRE

24 - ÉVÈNEMENT WOMANCE
25 - CALENDRIER
26 - NOTRE ÉQUIPE DE TRAVAIL - La gestion
27 - NOTRE ÉQUIPE DE TRAVAIL - Service de l'entraide
28 - NOTRE ÉQUIPE DE TRAVAIL - Service de la prévention
29 - NOTRE ÉQUIPE DE TRAVAIL - Service de la prévention (suite), cuisine et agent technique
30 - DIVERTISSEMENT
31 - DIVERTISSEMENT COLORIAGE
32 - COORDONNÉES

Création : Salem Billard, Marc-Antoine Pedneault, Katy Rodrigue
Coordination et révision : Sandy Laflamme, Katy Rodrigue et Salem Billard

RUBRIQUE DES EMPLOYÉ·ES

Joé Lemoine

Stagiaire à l'entraide et la prévention

Bonjour à tous,

Je me présente Joé Lemoine-Côté, je suis nouvellement stagiaire au MIELS-Québec dans le cadre de ma formation en travail social. J'aurai la chance d'être autant au secteur de la prévention que de l'entraide. Dans le but de peaufiner mes connaissances et d'être en mesure de vous offrir un service qui soit personnalisé à vos besoins. J'ai décidé de venir faire mon stage ici car je crois fermement à la mission de l'organisme qui est de permettre à toutes personnes vivant avec le VIH d'être traité dans la dignité et de s'assurer que ses droits soient respectés. Je suis quelqu'un d'extrêmement respectueux et je crois que toute

personne mérite d'être traité avec respect qu'importe sa condition. Je trouve que MIELS-Québec est un organisme qui prône fermement cette valeur qui est chère à mes yeux. J'adore être en contact avec les gens et pouvoir les aider à travers leur parcours personnel. J'ai eu la chance de rencontrer quelques membres de l'organisme et j'ai hâte de faire la connaissance de ceux que je n'ai pas eu la chance de rencontrer. Vous pourrez me trouver à l'organisme soit le jeudi et le vendredi jusqu'à la fin novembre. Je reviendrai à temps plein au retour des vacances des fêtes. D'ici là, passez à l'organisme prendre un bon café et me faire un petit coucou. Il me fait toujours plaisir de rencontrer de nouveaux visages.

Je vous dis à bientôt 😊

Joé



MUZIKÂL X MIELS-QUÉBEC

MUZIKÂL ET MIELS-QUÉBEC PRÉSENTENT : RENT, LA COMÉDIE MUSICALE, SPECTACLE-BÉNÉFICE

« De nos jours à New York. À la veille de Noël, deux colocataires, Mark et Roger, sont sur le point de se faire expulser. Mark décide de filmer son entourage tandis que Roger tente d'écrire une dernière chanson qui, il l'espère, lui apportera gloire et reconnaissance avant d'être emporté par le sida. C'est ce moment-là que choisit Mimi, une sulfureuse toxicomane, séropositive elle aussi, pour débarquer dans sa vie. Elle bouleverse le petit monde de Roger, figé depuis la mort de sa petite amie. Alors qu'une manifestation anti-expulsion s'organise dans le quartier, l'amour bat son plein entre les deux jeunes gens. Mais les relations qu'ils entretiennent se dégradent progressivement à cause de la jalousie de Roger. Ils finissent par se séparer alors que la maladie commence à gagner Mimi. Roger quitte la ville mais revient quelques semaines plus tard avec une chanson que lui a inspirée Mimi. Il la retrouve agonisante, mais à l'écoute de son morceau, la fièvre de Mimi se met à baisser et les deux amoureux se retrouvent enfin ensemble. » - **Synopsis de la comédie musicales RENT**

Le 17 et 18 décembre 2021 à 19h30 à la Salle Jean-Paul-Tardif, vient assister à la représentation de comédie musicale RENT présentée par la troupe de MUZIKÂL et au profit du MIELS-Québec! Des billets seront disponibles dès le vendredi 15 septembre 2021 à partir du partenaire de vente lepointdevente.com, billets comportant différentes options de dons à laisser au MIELS-Québec. Des billets papiers à 35\$, offrant automatiquement un don de 5\$ à MIELS-Québec seront également disponibles directement à l'organisme!



Spectacle bénéfice au profit de



PRÉSENTÉ PAR



Salle Jean-Paul-Tardif
Collège Saint-Charles-Garnier
950, avenue Joffre, Québec QC G1S 4Z3

Billets disponibles sur
lepointdevente.com

ESPACE MEMBRES

VOUS AIMERIEZ ÉCRIRE DANS LE SIDUS ?

*Saviez-vous que chaque mois, la section « **Espace Membres** » est réservée pour y accueillir votre voix et vos mots.*

Que ce soit pour partager vos réflexions, des phrases ou des textes inspirants, des témoignages ou encore de doux messages de solidarité envers vos pairs, il vous est possible de le faire. N'hésitez pas à nous faire part de votre projet. Nous pourrions même vous aider avec la rédaction si vous en ressentez le besoin.

*Nous vous invitons donc à nous écrire au **intervenantsams@miels.org** afin de contribuer à ce que votre SIDUS réponde encore mieux à vos besoins et nous faire part de vos suggestions.*

Amicalement vôtre,

Toute l'équipe du MIELS-Québec



VOUS AVEZ DES CHOSES À DONNER ?

IL EST POSSIBLE DE FAIRE UNE ANNONCE ICI

Chaque mois, un babillard sera disponible dans l'Espace Membres afin de que vous puissiez y partager vos biens à donner avec les autres membres.

Communiquer avec Marc-Antoine pour créer votre annonce.

Dons exclusivement.

Aucune transaction impliquant de l'argent.

Les échanges devront se faire à l'extérieur du MIELS-Québec.

ESPACE MEMBRES

GUY BERNIER

Dans les contes pour enfants, les personnages vécurent à un âge avancé, en pleine forme et en excellente santé. La réalité est toute autre; on vieillit, certes c'est vrai, mais le reste est une utopie.

Depuis 2004, j'ai toujours eu besoin de soins spécifiques avec un diagnostic de VIH, pneumonie à charge virale, zona intercostal et psoriasis. Malgré cela, j'ai réussi, par des soins appropriés, à renverser la vapeur et à stabiliser mon état de santé général.

Tout a basculé le 2 septembre 2021 lorsque j'ai ressenti des douleurs persistantes dans la région lombaire et dans le bas-ventre. De la descente d'autobus à chez moi, j'ai déféqué sur moi en continu, avec une odeur épouvantable. J'ai pensé à une intoxication alimentaire puisque j'avais reçu mes deux doses de vaccin anti-COVID.

Toute la nuit, j'avais mal, diarrhée par-dessus diarrhée, je buvais de l'eau, j'ai pris des cachets de Tylenol pour calmer la douleur. Je criais à l'aide, peine perdue. Au matin, j'ai pu me lever et appeler pour qu'on m'envoie une ambulance. J'étais soulagé, car je savais qu'on viendrait à mon secours.

Les ambulanciers ont été très professionnels. On m'a dirigé en salle d'attente quelque temps pour des cas plus prioritaires que moi, ou j'ai pu rencontrer un médecin qui constate mon état déplorable. On m'a posé d'abord une perfusion de soluté pour me réhydrater, on m'a fait des prises de sang, de tension, on a pris ma température.

J'avais été transféré au 6e étage dans une grande chambre spacieuse, avec une vue imprenable sur la Ville de Québec. On m'a prodigué des soins, j'avais deux médecins, des infirmières, des préposés, car il fallait qu'on trouve la cause de mon malaise. Alors on a commencé des injections d'antibiotiques et mon état s'est amélioré grandement. On a enfin isolé Gisella, une bactérie qui niche dans les intestins et qui s'y attaque.

À ma sortie de l'hôpital au sixième jour, j'ai enfin pu rentrer chez moi. Affaibli, certes, mais soulagé. Je prends des antibiotiques et, positivement dans cette histoire, j'ai arrêté de fumer.

Je ne fais pas de politique, car je la défini comme un serpent qui se mord la queue. J'ai été chanceux, j'étais à risque et de leur empathie, leur éthique, leur morale et surtout, leur professionnalisme, les professionnels de la santé ont sauvé la mise.

ESPACE MEMBRES

GUY BERNIER

On va vaincre le virus COVID-19, car on a le vaccin. On va vaincre le VIH, car ce n'est qu'une question de temps, on va vaincre les cancers et des maladies jugées incurables. J'étais hospitalisé à Saint-François-d'Assise, et moi-même, en infimes parties, j'ai vu une machine parfaitement rodée et huilée. Tout le personnel est synchronisé, telle une ruche, à l'exception que ce sont toutes des reines, des abeilles bleues. Elles sont partout où le besoin se fait sentir. Mais celles que j'ai eu l'honneur de rencontrer, elles sont spéciales, car si on regarde bien, leur cœur est en or pur. Je les ai appelées mes abeilles bleues de l'hôpital Saint-François-D'Assise et je fais part de ma reconnaissance éternelle.

Je m'appelle Guy Bernier, j'ai 70 ans et j'ai été hospitalisé du 5 au 10 septembre 2021 inclusivement.

SERVICES COMMUNAUTAIRES

Cuisine Créative



INSCRIPTION

Ouverte

DEBUT JEUDI LE 21 OCTOBRE

APPELER DIRECTEMENT AU MIELS
AUPRES DE L'AGENT A L'ACCEUIL

Au 418-649-1720

AVEC VOTRE CUISINIÈRE



Invitation !!!

Vous êtes cordialement invité à tous les midis de semaine à venir dîner à votre organisme de 12h à 12h30 !

Recette **Compote de nectarine sans sucre**

PORTIONS _____

TEMPS DE PRÉPARATION _____

TEMPS TOTAL _____

TEMPÉRATURE DU FOUR _____

INGRÉDIENTS

8 Nectarines

PRÉPARATION

1. Découpez les nectarines en quartiers. Déposez-les dans une casserole.
2. Ajoutez un fond d'eau afin de permettre aux nectarines de ne pas brûler (attention : veillez à ne pas mettre trop d'eau car sinon la préparation sera trop liquide). Laissez cuire à feu doux jusqu'à ce que les nectarines se défassent.
3. Vous pouvez laisser des morceaux de fruits, la compote n'en sera que meilleure !!!
4. Laissez refroidir et réservez au réfrigérateur. Régalez-vous !



Prochaines visites de l'apiculteur

Jeudi 21 octobre
14h00 : De la ruche
à la récolte (atelier
spécial)

Jeudi 2 novembre
13h00 : Dégustation et
distribution
du miel



“

Les coiffeurs se font des cheveux blancs dès qu'ils frisent la quarantaine.

Guy-Guy Bouzoune – Quand les tilleuls mentent

”

Offre d'une durée limitée
pour la saison estivale!

GRATUIT et
sur rendez-vous

Coupe au ciseau et à la tondeuse uniquement.

Pour prendre rendez-vous, veuillez laisser un message sur la boîte vocale du poste 111 ou vous adresser à un·e intervenant·e de l'entraide.

SOUTIEN ET ACCOMPAGNEMENT **MARC-SIMON**

Depuis 1979, l'expansion des services à domicile s'inscrit dans l'orientation fondamentale qui guide actuellement l'évolution de notre système de santé et des services sociaux : le développement des services DANS le milieu de vie, c'est clairement ce que les gens désirent.

Le soutien et accompagnement Marc-Simon (SAMS) se veut donc un programme d'accompagnement et de soutien à domicile sur mesure et bien adapté aux besoins de nos membres, considérant la réalité des PVVIH d'aujourd'hui. Ce service de proximité ne forme pas un nouveau champ d'intervention, qui s'ajoute au noyau traditionnel des services en santé et des services sociaux, mais bien une nouvelle manière de répondre aux besoins de nos membres. Le fait d'être plus efficace et mieux adapté à la réalité d'aujourd'hui que vivent les PVVIH de la Capitale-Nationale guide notre vision et ce, toujours en collaboration avec nos partenaires communautaires.

Ce service est assuré par l'équipe d'intervenant(e)s ou par nos bénévoles formés en fonction des spécificités de chaque demande. L'évaluation sera faite par le/la leader en place afin de réfléchir aux meilleurs pairages possibles et ainsi assurer les meilleurs résultats envisageables, peu importe la nature de l'intervention.

Notre vision d'intervention s'organise autour des forces de la personne et non pas de ses problématiques. Ce qui permet assurément une meilleure mobilisation, mais aussi une valorisation axée sur la promotion des réussites. Nous prioriserons toujours les approches humanistes, d'empowerment et de réduction de méfaits.

OBJECTIFS

- Soutenir un plus grand nombre de membres, de façon plus diversifiée.
- Améliorer la santé globale de nos membres.
- Aplanir les difficultés rencontrées dans l'atteinte d'un état de santé stable et satisfaisant.
- Prévenir les périodes de désorganisation et soutenir la personne pendant celles-ci.
- S'assurer que chaque nouvelle personne diagnostiquée, dans la mesure du possible, soit prise en charge plus rapidement afin de l'aider à atteindre et maintenir une charge virale indétectable.
- Coordonner un filet social fort et soutenu pour nos membres à l'aide des offres de services du communautaire et du réseau public.

CONTACT

INTPSYCHO@MIELS.ORG
418-649-1720 POSTE 213



Caroline Faucher
intervenante psychosociale



Alyson Trépanier
intervenante de proximité



Marc-Antoine Pednault
intervenant de proximité



William Turgeon
intervenant de proximité

AVEZ-VOUS NOTRE NOUVEAU LOGO
POUR LE 35^E ANNIVERSAIRE?



NOUS AVONS DES COPIES DU SIDUS
ÉDITION SPÉCIALE 35^E À L'ORGANISME,
POUR LES CURIEUX·SES

**LE VENDREDI 29
OCTOBRE**



**DÎNER
COMMUNAUTAIRE
DÉGUISE**

- PREMIER SERVICE À 12H (12 PLACES)
- DEUXIÈME SERVICE À 12H45 (12 PLACES)

**INFORMEZ-VOUS AUPRÈS D'UN
INTERVENANT POUR VOUS INSCRIRE**



RETOUR DE L'ACTIVITÉ D'AUTOMNE

SOIRÉE AUX QUILLES, LE 11
NOVEMBRE PROCHAIN AU
QUILLORAMA FRONTENAC



Inscription obligatoire
seulement 40 places
disponibles



* P A S S E P O R T V A C C I N A L
O B L I G A T O I R E *

PROCESSUS DE PLAINTE

Vous avez une plainte à formuler?

La première étape consiste à aller rencontrer un coordonnateur, que ce soit celui de l'Entraide (Sandy) ou de la Prévention (Patrick), afin de faire le dépôt de la plainte. Il est possible de la faire par écrit ou bien verbalement. Toute plainte formelle doit contenir les informations suivantes relatives à la personne qui porte plainte :

- Ses noms et prénoms ou son nom, s'il s'agit d'une personne morale,
- Son adresse postale et son adresse de courrier électronique (si possible),
- Son numéro de téléphone,
- L'objet de la plainte,
- La description de la situation insatisfaisante,
- Les résultats souhaités,
- La signature de la personne qui porte plainte ou qui la représente,
- La date.

La deuxième étape consiste à la mise en place du comité de gestion des plaintes afin d'analyser le cas. Ce dernier est constitué d'un représentant de la direction, d'un membre du conseil d'administration et d'un autre membre externe à la situation. Les plaintes sont traitées de façon confidentielle et objective dans un délai de 30 jours ouvrable. Toute décision prise par le comité doit être conforme aux statuts et aux règlements de l'organisme ainsi qu'à son code d'éthique. Un retour sera fait auprès de la personne ayant rédigé la plainte.

Pour plus d'information consulter **la politique de traitement** des plaintes disponible dans le cartable de la vie communautaire!

PRÉVENTION

Groupe de discussion au MIELS-Québec

GROUPE DE DISCUSSION POUR HOMMES GAIS, BISEXUELS ET HARSAH

Relations
interpersonnelles saines

Sexualité et médias
sociaux

Sexe anal

Sexualité en contexte de
vieillesse

Pour plus d'informations:
Camille Thibault (Intervenante gbHARSAH)
harsah@miels.org
418 649-1720, poste 205



Parfois, on oublie à quel point la sexualité c'est global et complexe. On a parfois tendance à réduire son importance dans notre vie. Pourtant, celle-ci peut influencer notre quotidien, notre personnalité et notre vie et ce, sans qu'on s'en rende vraiment compte! Chaque séance de ces groupes portera sur un thème différent, dans une optique positive de la sexualité.

Groupes de discussion sur la sexualité pour les personnes vivant avec le VIH

Tu aimerais discuter de certains enjeux en lien avec la sexualité lorsqu'on vit avec le VIH? Ce groupe est pour toi! L'estime de soi et l'image corporelle, le dévoilement de son statut sérologique, la santé mentale et la gestion des émotions, la sexualité en contexte de vieillissement : voici quelques-uns des thèmes que nous allons aborder lors ces rencontres.

Groupes de discussion sur la sexualité pour les hommes gais, bisexuels ou aimant les hommes sur la sexualité

Tu es un homme qui aime les hommes? Tu aimerais parler d'enjeux qui te touchent en lien avec la sexualité? Inscris-toi à ce groupe et vient en apprendre plus la pornographie, le sexe anal, les jouets sexuels, les condoms et bien plus!

Tu veux t'inscrire ou en savoir plus sur les groupes? Contacte Camille Thibault, responsable des groupes de discussion, au (418) 649-1720, poste 205 ou par courriel au harsah@miels.org

Au plaisir de vous y rencontrer !

Camille

GROUPE DE DISCUSSION POUR HOMMES GAIS, BISEXUELS OU AIMANT D'AUTRES HOMMES. PROGRAMMATION 2021-22

Atelier VIII 101

28 septembre 2021, 18h30 à 20h
Également disponible sur demande (en groupe ou en individuel)

Le condom et moi : mes attitudes envers le condom

19 octobre 2021, 18h30 à 20h

Comment conjuguer plaisir et réduction des risques

9 novembre 2021, 18h30 à 20h

Mes zones de perte de contrôle

30 novembre 2021, 18h30 à 20h

Je sextoy, tu sextoy, nous sextoyons: tout sur les jouets sexuels et leurs échanges

11 janvier 2022, 18h30 à 20h

Sexe anal 101

1 février 2022, 18h30 à 20h

La porno et moi

23 février 2022, 18h30 à 20h

M'affirmer dans ma sexualité

15 mars 2022, 18h30 à 20h

Sexualité et vieillissement (55 ans et plus)

5 avril 2022, 18h30 à 20h



Inscription ou informations auprès de :

Camille Thibault

harsah@miels.org

(418) 649-1720, poste 205



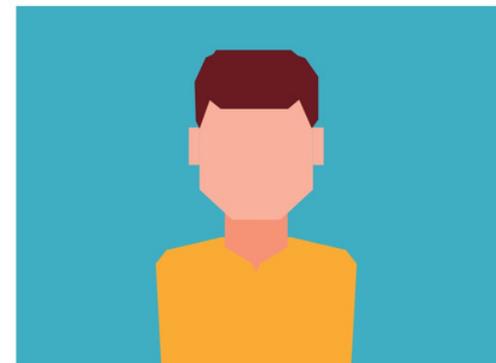
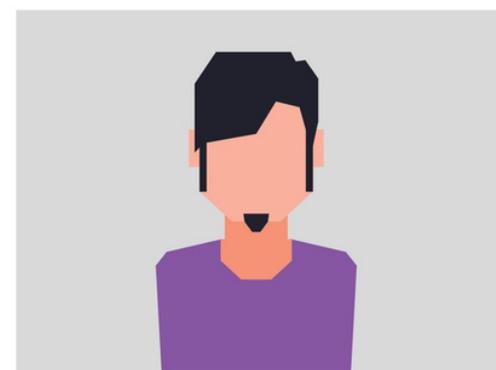
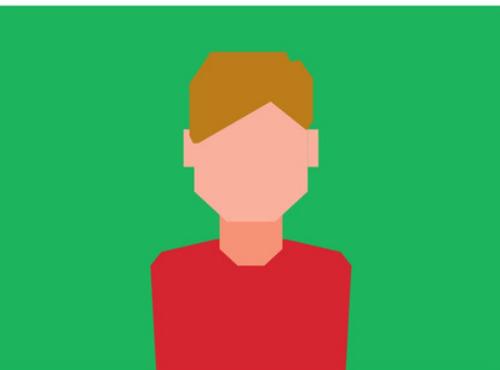
GROUPES DE SOUTIEN

22 à 35 ans



36 ans et +

Prisme



Vous êtes en **questionnement** sur votre orientation sexuelle?

Vous vivez des **difficultés** en lien avec votre orientation sexuelle?

INFO@PRISME.ORG

(418) 649 1232

PROGRAMMATION 2021-2022



Prisme

36 ans et +

Dates (2021)	Sujets	Dates (2022)	Sujets
Mardi 21 septembre	Soirée d'introduction et de présentation	Mardi 25 janvier	Ma communauté, protectrice ou persécutrice
Mardi 26 octobre	Où je me situe?	Mardi 15 février	Movie night LGBTQ+
À voir	5 à 7 au Club ForHom	Mardi 22 février	Retour sur le film LGBTQ+
Mardi 16 novembre	La fluidité du coming out	Mardi 22 mars	Prévention des ITSS et du VIH
Mardi 7 décembre	Les effets pervers de la société	Mardi 19 avril	Plaisir, santé et mieux être
Mardi 14 décembre	Social de Noël	Mardi 3 mai	Rencontre de conclusion
		Mardi 10 mai	Social de fin d'année

INFO@PRISME.ORG

(418) 649 1232

PROGRAMME PRISME

Service d'accueil, écoute et référence téléphonique :

L'intervenant PRISME offre un service confidentiel d'écoute téléphonique et de référence du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30. En dehors des heures ouvrables, une boîte de messagerie est en fonction. Le numéro de PRISME est le 418-649-1232.

Service d'accompagnement et soutien :

Le service d'accompagnement permet le jumelage du demandeur avec un pair aidant. Tout dépendamment des besoins et des objectifs du demandeur, il est possible pour lui d'avoir un maximum de 10 rencontres avec l'accompagnateur. Le rôle de l'accompagnateur est d'aider, du mieux qu'il le peut, la personne accompagnée à cheminer dans son processus de questionnement/coming out. Les accompagnateurs sont formés et supervisés par l'intervenant PRISME. La confidentialité, le respect, l'écoute et la croyance en la capacité de l'humain d'évoluer sont des valeurs essentielles de ce service. Pour plus d'informations au sujet du service d'accompagnement, vous pouvez contacter l'intervenant PRISME au 418-649-1232.

Service groupe de soutien :

Ce groupe de soutien est offert à tout homme de 22 ans et plus qui est en questionnement sur son orientation sexuelle. Celui-ci est scindé en deux groupes. L'un de 22 à 35 ans et l'autre de 36 ans et plus. Pour l'instant uniquement celui de 36 ans et plus est en fonction. Celui-ci est animé par un intervenant ainsi que deux bénévoles animateurs qui ont vécu la réalité du questionnement au niveau de leur orientation sexuelle et du "coming out". Les rencontres sont orientées sur un thème en particulier et les participants peuvent échanger sur leur réalité et s'exprimer sur leur propre vécu.

Le groupe est fermé, donc il est impératif que la personne s'inscrive avant la première rencontre qui aura lieu le 21 septembre 2021. Il y a un nombre de places limitées.

Les rencontres ont principalement lieu les derniers mardis du mois de 19h30 à 21h30. Celles-ci se déroulent dans nos locaux au MIELS Québec au 625 avenue Chouinard. Pour plus d'information ou inscription au sujet de la programmation, veuillez consulter le www.prisme.org ou appelez Olivier Mailhot au 418-649-1232.

*** NOUVEAU ***

GROUPE DE SOUTIEN EN SANTÉ MENTALE ET BIEN-ÊTRE LGBTQ

**HOMMES GAIS, BISEXUELS ET QUEER (CIS ET TRANS)
18 ANS ET PLUS - SUR INSCRIPTION**

**AUTOMNE 2021
HIVER 2022**



THÉMATIQUES

LA SANTÉ MENTALE LGBTQ

L'HÉTÉRONORMATIVITÉ ET LE STRESS MINORITAIRE

L'HOMONORMATIVITÉ ET LA MASCULINITÉ

LA RELATION AVEC SOI

LES RELATIONS AVEC LES AUTRES

L'ANXIÉTÉ ET LA DÉPRESSION

LES STRATÉGIES D'AUTOGESTION ÉMOTIONNELLE

FAIRE FACE AUX CRISES ET PRÉVENIR LE SUICIDE

LA RÉSILIENCE ET L'EMPOWERMENT LGBTQ

PLAN PERSONNEL DE SOINS ET DE BIENVEILLANCE

AMÉLIORER NOTRE SANTÉ MENTALE À LONG TERME

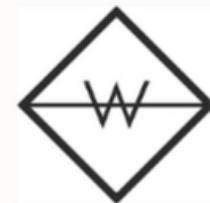


Événement

DISTRIBUTION
DE LINGE
WOMANCE POUR
LES MEMBRES DU
MIELS-QUÉBEC

26 OCTOBRE 2021

DE 10H À 12H
ET DE 13H À 16H
SUR RÉSERVATION
SEULEMENT



RÉSERVÉ AUX MEMBRES DU MIELS-
QUÉBEC

NOVEMBRE 2021

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
31	1	2  Dégustation et distribution du miel	3 Moisson	4	5	6
7	8	9	10 Moisson	11 Jour du Souvenir 	12	13
14	15	16 Banque	17 Moisson Banque	18	19	20 Jour du Souvenir  Trans
21	22	23	24 Moisson	25	26	27
28	29 Activité d'automne 	30	1	2	3	4

NOTRE ÉQUIPE DE GESTION

UNE GESTION PARTICIPATIVE



**FRANÇOIS-XAVIER
SCHMITZ-LACROIX**
CODIRECTEUR GÉNÉRAL
DGMIELS@MIELS.ORG
POSTE 203



KATY RODRIGUE
CODIRECTRICE GÉNÉRALE
CODMIELS@MIELS.ORG
POSTE 202



FRANCE RENY
ADJOINTE À LA DIRECTION
ADJDIR@MIELS.ORG
POSTE 208



PATRICK LABBÉ
COORDONNATEUR AU
DÉVELOPPEMENT DE
L'INTERVENTION PRÉVENTIVE
PREVENTION@MIELS.ORG
POSTE 209



SANDY LAFLAMME
COORDONNATRICE DES
INTERVENTIONS CLINIQUES ET
COMMUNAUTAIRES
ENTRAIDE@MIELS.ORG
POSTE 222

NOTRE ÉQUIPE DE TRAVAIL

SERVICE D'ENTRAIDE



CAROLINE FAUCHER
INTERVENANTE
PSYCOSOCIALE
INTPSYCHO@MIELS.ORG
POSTE 213



ÉLIZABETH CROFT
INT. SOCIALE - MILIEU LOGEMENT
INTMILIEULOGEMENT@MIELS.ORG
POSTE 109



WILLIAM TURGEON
INT. DE PROXIMITÉ ET INT.
AUPRÈS DES UTILISATEUR-ICES
DE DROGUES
UD@MIELS.ORG
POSTE 206



ALYSON TRÉPANIÉ
INT. DE PROXIMITÉ
INTERVENANTSAMS4@MIELS.ORG
POSTE 210



MARC-ANTOINE PEDNEAULT
INT. DE PROXIMITÉ
INTERVENANTSAMS@MIELS.ORG
POSTE 210



JOÉ LEMOINE
STAGIAIRE
STAGE@MIELS.ORG

NOTRE ÉQUIPE DE TRAVAIL

INTERVENTION PRÉVENTIVE



**MARC-ANCIEL
GAUDETTE**
CH. DE PROJET GBT2Q -
COLLECTIF AVANCER
ALLIANCE@MIELS.ORG
POSTE 114



SALEM BILLARD
INT. JEUNESSE ET MILIEUX
JEUNESSE@MIELS.ORG
POSTE 204



CAMILLE THIBAUT
INT. FIC AUPRÈS DES
GBHARSAH
HARSAH@MIELS.ORG
POSTE 205



OLIVIER MAILHOT
INT. AUPRÈS DES GBHARSAH
INFO@PRISME.ORG
POSTE 207



**LOUIS-PHILIPPE
LAVIOLETTE**
INT. EN RÉDUCTION DES
MÉFAITS
RM@MIELS.ORG



MAJORIE MORIN
PAIRE AIDANTE EN
RÉDUCTION DES MÉFAITS

NOTRE ÉQUIPE DE TRAVAIL

INTERVENTION PRÉVENTIVE



EMMANUELLE BLOUIN
INT. AUPRÈS DES PROFESSIONNELS ET
COMMUNAUTÉS ETHNOCULTURELLES
RECHERCHE@MIELS.ORG
POSTE 223

NOTRE ÉQUIPE DE TRAVAIL

SERVICES ALIMENTAIRES ET TECHNIQUES



STÉPHANIE GAGNON
CUISINIÈRE
CUISINE@MIELS.ORG
POSTE 152



RICHARD-THOMAS PAYANT
AGENT TECHNIQUE
AGENT-TECH@MIELS.ORG
POSTE 150

DIVERTISSEMENTS

A
 ACCORDER
 ACTIVITÉS
 ADOLESCENTS
 AJUSTER
 ANNÉES
 ANNUEL
 ATTENDU
 AUTOBUS

B
 BREF
 BUT

C
 CALENDRIER
 CLASSE
 CONGÉ
 COURS
 CRÉER

D
 DÉBUTE
 DEHORS
 DEVOIR
 DIRECTION
 DIRIGEANTS
 DORMIR
 DURÉE

E
 ÉCOLES
 ÉLÈVES
 ENFANTS
 ESSOR
 ÉTUDES

F
 FAMILLE
 FERMETURE

FÉVRIER
 FILLE
 FINIE
 FLÂNE

G
 GAIE
 GARDERIE

H
 HIVER
 HORAIRE

I
 IDÉAL
 IDÉE
 IMPATIENT

J
 JEUNES
 JEUX

JOIE
 JOURNÉES

L
 LEÇON
 LOISIR

M
 MAISON
 MARS
 MOIS

N
 NORD

O
 OPTE

P
 PARC
 PARENT

PARTIR
 PÉRIODE
 PLAISIR
 POLYVALENTE
 PRÉVOIR
 PRÉVU
 PRIMAIRE
 PROFESSEUR
 PROFITÉ

R
 RÉGION
 RÈGLE
 RELÂCHE
 REPOS
 RETOURNER
 RÊVE
 RÔLE

S
 SCOLAIRE
 SECONDAIRE
 SÉJOUR
 SEMAINE
 SKI
 SORT
 SORTIS
 SPORT

V
 VACANCES
 VOYAGE

J	C	S	E	D	U	T	E	A	P	E	T	N	E	R	A	P	A	R	C
E	O	G	C	N	D	M	R	D	D	R	N	L	S	I	O	M	V	R	P
U	N	U	A	O	A	C	C	O	R	D	E	R	F	L	N	O	E	U	R
N	G	T	R	I	U	L	I	L	P	V	I	V	Y	A	Y	I	V	O	I
E	E	M	S	N	E	R	F	E	E	S	T	V	O	A	M	E	F	J	M
S	I	O	O	E	E	I	S	S	T	N	A	E	G	I	R	I	D	E	A
R	N	R	R	P	R	E	R	C	E	L	P	E	H	P	R	S	L	S	I
E	D	U	O	U	I	R	S	E	E	T	M	A	O	C	T	E	D	L	R
I	D	S	P	C	A	L	E	N	D	R	I	E	R	N	A	E	V	E	E
R	D	L	D	R	L	C	T	T	I	R	E	V	A	T	H	L	R	I	A
V	J	E	U	X	O	E	L	S	O	R	A	F	I	O	I	U	E	J	H
E	D	U	A	I	C	F	I	A	I	U	N	G	R	T	T	R	U	R	D
F	E	N	D	L	S	A	I	A	S	E	R	S	E	E	C	S	O	E	I
L	V	N	A	N	L	R	D	T	S	S	R	N	M	T	T	A	L	L	R
M	O	A	I	P	E	N	E	U	E	S	E	R	E	E	U	L	B	S	E
A	I	I	J	A	O	T	B	G	O	E	E	E	R	R	I	B	I	U	C
R	R	O	S	C	M	O	T	R	I	F	R	F	N	F	E	T	E	I	T
S	I	N	E	I	T	E	T	A	N	O	C	E	L	N	R	G	K	D	I
E	T	S	S	U	R	O	S	S	E	R	N	R	V	O	A	S	L	E	O
V	A	C	A	N	C	E	S	E	T	P	O	B	S	E	L	O	C	E	N

DIVERTISSEMENTS - À COLORIER



ANNIVERSAIRE



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

MIELS-QUÉBEC : 625, Avenue Chouinard, Québec (QC) G1S 3E3

ADMINISTRATION : Tél. : 418-649-1720 Téléc. : 418-649-1256

LIGNE INFO-VIH : 418-649-0788

SITE INTERNET : www.miels.org

COURRIEL : intervenantsams@miels.org