

DÉCEMBRE 2021
JANVIER 2022

SIDUS



MOT DE VOTRE CODIRECTION GÉNÉRALE

Décembre 2021 et Janvier 2022

Bonjour à tous et à toutes!

Eh oui, la saison froide est déjà à nos portes! Cependant, le MIELS-Québec ne chôme pas, en vous préparant un lot d'activités, de repas et de formations qui seront vous apporter, nous l'espérons, beaucoup de plaisir !

Vous entendre, vous écouter et vous informer fait partie de nos priorités, ce pour quoi nous vous proposons quelques nouveautés. Dans un premier temps, la boîte à suggestions/commentaires se retrouve toujours au salon du milieu de vie. Nous l'ouvrons chaque semaine, afin de mieux répondre à vos besoins, en plus de procéder aux ajustements possibles de notre vie communautaire.

De plus, le Sidus et l'infolettre vous permettent de garder le contact avec l'organisme et de rester à l'affût des activités et des projets en cours, mais les écrits de nos membres y sont malheureusement de plus en plus rares. Si toutefois vous aviez un texte à y afficher, n'hésitez pas à communiquer avec Marc-Antoine (intpsycho@miels.org), il nous fera plaisir de partager vos idées, vos textes, ou les messages que vous aimeriez y passer.

1er décembre: Journée mondiale de lutte contre le sida

Cette année, toute notre équipe vous attendra le 1er décembre à 17h afin de souligner la Journée mondiale de lutte contre le sida. Ce moment capital de réflexion et de mémoire sera souligné par un chic cocktail dinatoire ainsi qu'un cercle de paroles. Nous soulignerons les disparus de 2019-2021. Nous vous invitons aussi à consulter notre page Facebook durant la semaine qui précède le 1er décembre afin de connaître les actions entreprises pour commémorer cette journée. Nous vous invitons également à porter fièrement le ruban rouge qui symbolise la solidarité vis-à-vis les victimes.

Party de Noël "La soirée canadienne" le 9 décembre

Cette année, tout comme notre dernière édition de 2019, nous souhaitons vous offrir un party de Noël inspiré des traditionnelles SOIRÉES CANADIENNES. C'est dans un esprit de famille et de fraternité qu'il nous fera plaisir de vous recevoir ici, dans votre maison. La notion « d'esprit de famille » fait référence à une grande solidarité entre membres d'un même groupe, et nous croyons fermement qu'il est d'autant plus important compte tenu du contexte de la pandémie qui nous à durement éprouvé. Nous disons constamment que le MIELS-Québec est une grande famille et c'est justement ce que nous souhaitons mettre de l'avant pour l'année 2022.

En terminant, toute l'équipe se joint à nous deux pour vous remercier de votre présence et votre collaboration tout au long de l'année. Nous vous souhaitons de Joyeuses Fêtes et une année 2022 remplie de bonheur, de santé et de prospérité.

Au plaisir !

Katy et FX

02 - MOT DE LA CO-DIRECTION
03 - NOUVEAUTÉ DANS L'ÉQUIPE
04 - DÉPART
05 - CHANGEMENT DE CHAISES
06 - MUZIKÁL X MIELS-QUÉBEC
07 - ESPACE MEMBRES
08 - ESPACE MEMBRES
09 - ESPACE MEMBRES - TÉMOIGNAGES
10 - ESPACE MEMBRES - TÉMOIGNAGE
11 - ÉVÈNEMENT À VENIR
12 - RECETTE À STEPH
13 - FERMETURE DE L'ORGANISME
14 - ÉVÈNEMENT
15 - COIFFURE
16 - SOUTIEN ET ACCOMPAGNEMENT MARC-SIMON
17 - ÉVÈNEMENT À VENIR
18 - HEURES D'OUVERTURE
19 - GROUPE DE DISCUSSION
20 - GROUPE DE DISCUSSION (SUITE)
21 - GROUPE DE SOUTIEN PRISME

22 - GROUPE DE SOUTIEN PRISME - Suite
23 - GROUPE DE SOUTIEN PRISME
24 - FONDATION LES P'TITS LUTINS
25 - CALENDRIER DÉCEMBRE 2021
26 - CALENDRIER JANVIER 2022
27 - NOTRE ÉQUIPE DE TRAVAIL - Gestion
28 - NOTRE ÉQUIPE DE TRAVAIL - Service de d'entraide
29 - NOTRE ÉQUIPE DE TRAVAIL - Service de la prévention et services alimentaires
30 - DIVERTISSEMENTS
31 - DIVERTISSEMENTS
32 - COORDONNÉES

Création : Gabriel Meagher-Gaudet et Marc-Antoine Pedneault
Coordination et révision : Katy Rodrigue et Serge-Antoine Belley

NOUVEAUTÉ DANS L'ÉQUIPE

Gabriel Meagher-Gaudet

Agent de Développement et Soutien au Bénévolat

Bonjour à tous,

je me présente rapidement mon nom est Gabriel Meagher-Gaudet et je suis tout nouvellement Agent de développement et soutien au bénévolat.

Pour en connaître un petit peu plus sur moi ; je viens de Shawinigan où j'ai fait mes études primaires et secondaires dans une école anglophone. J'ai ensuite poursuivi mes études à la collégiale à Lennoxville où j'ai découvert ma passion pour les arts de la scène. Cette passion m'a conduit à Toronto pour compléter un certificat en comédie musicale. À mon retour au Québec je m'installe dans la Capitale nationale où je m'illustre dans la scène Drag et je m'implique au sein de l'Alliance Arc-en-ciel à l'organisation de la Fête Arc-en-ciel de Québec.

Je viens me joindre à l'équipe où j'aurai le plaisir d'accompagner les membres, les employés ainsi que les bénévoles à travers les différents événements de MIELS-QC. Depuis les quelques semaines que je suis en poste, j'ai le plaisir de rencontrer des bénévoles dévoués, impliqués et surtout travaillants ! Avec moi, une idée n'attend pas l'autre et j'ai bien hâte de les partager avec vous !

Au plaisir,

Gabriel Meagher-Gaudet



DÉPART

Caroline Faucher

Anciennement intervenante psychosociale

Chers(es) membres,
C'est avec tristesse que je vous annonce que j'ai pris la difficile décision de quitter l'organisme le 3 novembre dernier, après plus de 16 ans parmi vous dans la lutte au VIH-sida. Je quitte pour un emploi de travailleuse sociale au CLSC, dans le secteur de la déficience physique. Ce choix fut déchirant mais j'ai eu envie de relever de nouveaux défis et je me suis dit qu'il pourrait m'être possible de garder un lien avec l'organisme par une implication bénévole.

Bien que MIELS aura été mon employeur pendant toutes ces années, il aura surtout été ma deuxième famille. En effet, j'amais je n'oublierai tous les bons moments passés en votre compagnie, les fous rires et la belle solidarité qui fait du MIELS-Québec un organisme où on se sent bien.

Continuez de prendre soin de vous et d'être bienveillant les uns avec les autres. Vous allez me manquer.

Affectueusement,

Caroline



CHANGEMENT DE CHAISES

Marc-Antoine Pedneault

Nouvellement Intervenant psychosociale

Bonjour à vous,

Déjà un an que je fais partie de la belle famille de MIELS-Québec. Une année remplie d'émotions, de rebondissements, mais surtout de riches apprentissages. Travailler aux MIELS a permis au professionnel en moi d'avancer à pas de géant. Lorsque l'on occupe un poste comme intervenant SAMS, nous avons la chance de créer des liens significatifs qui donne un réel sens au mot proximité.

Je me suis longtemps demandé si j'étais vraiment à l'aise de porter ce « chapeau -là » d'intervenant. Eh bien aujourd'hui je vous dis merci à vous les membres, merci de m'avoir accueilli dans vos domiciles, de m'avoir fait assez confiance pour me partager vos histoires, vous m'avez permis d'assumer que ce « chapeau -là » j'aime bien ça le porter.

Je suis maintenant plus outillé pour porter fièrement le chapeau d'intervenant psychosocial de l'organisme. Comme vous le savez, notre Caroline nationale me passe le flambeau et c'est avec beaucoup d'amour que j'aborde ce nouveau rôle. Je ne suis pas là pour remplacer Caroline, mais bien faire honneur à la place qu'elle a laissée et y ajouter mes couleurs à moi.

Alors merci encore pour votre confiance, je suis motivé et je fonce vers les nouveaux défis qu'on me propose !

Marc-Antoine Pedneault



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 simplement vous référer auprès de Katy.



Spectacle bénéfique 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 réservé 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 **benevolat@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



ESPACE MEMBRES

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.

VOUS AVEZ DES QUESTIONS EN LIEN AVEC LA 3^E DOSE DU VACCIN DE LA COVID-19 ?



Nous vous invitons à consulter un professionnel de la santé ou prendre rendez-vous sur le portail www.clicsante.ca.

Les intervenants du secteur de l'entraide sont disponibles pour vous accompagner dans vos démarches.

ESPACE MEMBRES

MAJORIE MORIN

Paire aidante en réduction des méfaits

Il y a quelques mois, j'ai commencé mon travail de paire-aidante au MIELS-Québec. J'ai pris conscience qu'écouter et échanger avec les membres qui fréquentent l'organisme m'apporte beaucoup et m'aide à me maintenir dans le bon chemin.

J'ai passé un bel été avec mon collègue Louis Philippe à faire du travail de rue, ce qui m'a amené à trouver mon but qui est de développer davantage mes compétences comme intervenante. Je sais maintenant ce qui me donnera de la force dans la vie... c'est d'aider les autres comme j'aurais aimé qu'on m'aide.

Bref, faire une différence, aussi petite soit-elle, dans votre vie! :)



LOUIS-PHILIPPE LAVIOLETTE

intervenant en réduction des méfaits

Il y a quelques mois, j'ai rencontré une femme extraordinaire. Cette femme, qui avait déjà entamé un grand virage dans sa vie, m'époustoufle encore aujourd'hui. Je suis fier d'elle, car, malgré les défis et les coups durs qui se présentent, elle persévère constamment.

Déjà en moins de 6 mois, elle s'est transformée en une nouvelle version d'elle-même; une version qui brille, une version qui fonce.

Majorie, au nom de toute l'équipe, je te souhaite le meilleur cheminement du monde dans tes fonctions au MIELS. Au plaisir de te côtoyer encore longtemps.



ESPACE MEMBRES

CIEL.. MON MIELS !

S'il est un port d'attache que l'on ne voudrait perdre c'est bien celui du 625 Chouinard, là où est ancré l'imposant vaisseau du MIELS-QUÉBEC. Le commandant de bord "**NADEAU**" assume la gouvernance, le tandem "**RODRIGUE & SCHMITZ-LACROIX**" au poste de pilotage veillent au maintien de la trajectoire malgré la tempête COVID-19. À bord, des équipes d'intervenants spécialisés accompagnent les usagers pour répondre aux diverses requêtes.

Réparties sur trois niveaux, au rez-de-chaussée des espaces polyvalents permettent en outre; le service de repas, les pauses café, les réunions et activités sociales. Aux étages des superficies variées sont réservées aux équipes du personnel.

C'est dans une ambiance conviviale que les gens sont accueillis.

Nous citoyens(nes) de la Vieille Capitale pouvons être fiers(es) de ce fleuron, nous en bénéficions depuis trente-cinq années. Il va de soi qu'une arche de cette envergure requiert un entretien constant auquel une armada de bénévoles contribue quotidiennement.

Ciel, mon MIELS j'en prends soin ! Alors moussaillon rejoins-nous matelots.

Serge-Antoine Belley

ÉVÉNEMENTS À VENIR

AVEC STÉPHANIE G.

CUISINE CRÉATIVE

réservez votre place
dès maintenant au
(418) 649-1720

DATES À VENIR :

2, 9 DÉCEMBRE, 2021

6,13,20,27 JANVIER, 2022



JOURNÉE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LE SIDA

1 DÉCEMBRE

cocktail dînatoire



- 5À7
- CERCLE DE PAROLE
- PERFORMANCES MUSICALES

INSCRIPTIONS REQUISES

RECETTE À STEPH



Recette

artichauts et vinaigrette à la française



PORTIONS

TEMPS DE PRÉPARATION

30 MIN

TEMPS TOTAL

50 MIN

TEMPÉRATURE DU FOUR

INGRÉDIENTS

4 ARTICHAUTS
AU GOÛT, SEL ET POIVRE
60 ML (1/4 TASSE) D'HUILE D'OLIVE
2 ML (1/2 C. À THÉ) BASILIC SÉCHÉ
2 ML (1/2 C. À THÉ) DE POIVRE DE CAYENNE
1 GOUSSE D'AIL
30 ML (2 C. À SOUPE) DE VINAIGRE DE VIN BLANC
15 ML (1 C. À SOUPE) DE MOUTARDE DE DIJON
1 CITRON

PRÉPARATION



PRÉPARATION DES ARTICHAUTS :

1. SÉPARER LA TIGE DE L'ARTICHAUT EN LA CASSANT. IL FAUT CASSER LA TIGE ET NON LA COUPER AFIN DE RETIRER LES FIBRES DURES QUI Y RESTENT ATTACHÉES.
2. COUPER ENSUITE LA BASE DE L'ARTICHAUT, PUIS ÔTER LES FEUILLES DU BAS QUI ONT TENDANCE À ÊTRE DURES ET FILANDREUSES. FAIRE UNE INCISION EN FORME DE CROIX À LA BASE DE L'ARTICHAUT AFIN D'EN FACILITER LA CUISSON.
3. À L'AIDE D'UN COUTEAU TRANCHANT, ENLEVER LE TIERS SUPÉRIEUR DE L'ARTICHAUT. COUPER LES POINTES DES AUTRES FEUILLES QUI POURRAIENT ÊTRE PIQUANTES AVEC DES CISEAUX.
4. S'ASSURER DE FROTTER LES PARTIES COUPÉES AVEC UN DEMI-CITRON AFIN D'EMPÊCHER QU'ELLES NE NOIRCISSENT. AVEC UNE PETITE CUILLÈRE OU UNE CUILLÈRE PARISIENNE, DÉGAGER LE « FOIN » DU CENTRE DE L'ARTICHAUT EN PRENANT SOIN DE NE PAS L'ABÎMER. ARROSER DE JUS DE CITRON, PUIS REFERMER LES FEUILLES.
5. CUISSON :
6. DANS UNE CASSEROLE D'EAU BOUILLANTE SALÉE, CUIRE LES ARTICHAUTS DE 20 À 30 MINUTES OU JUSQU'À CE QU'ILS SOIENT TENDRES.
7. VÉRIFIER LA TENDRETÉ EN LES PIQUANT AVEC UNE FOURCHETTE.
8. LES FEUILLES DOIVENT SE DÉTACHER FACILEMENT. ÉGOUTTER ET RÉSERVER.

PRÉPARATION DE LA VINAIGRETTE :

1. DANS UN BOL, MÉLANGER LA MOUTARDE, LE VINAIGRE, L'AIL, LE POIVRE DE CAYENNE ET LES HERBES DE PROVENCE.
2. AJOUTER L'HUILE, PETIT À PETIT, EN FOUETTANT AVEC UNE FOURCHETTE.
3. SALER ET POIVRER AU GOÛT.
4. DÉGUSTATION :
5. POUR DÉGUSTER, DÉGAGER CHAQUE FEUILLE EN TIRANT DESSUS, TREMPER DANS LA VINAIGRETTE ET GRATTER LA PARTIE TENDRE AVEC LES DENTS.
6. CONSOMMER ENSUITE LE FOND DE L'ARTICHAUT À L'AIDE D'UN COUTEAU ET D'UNE FOURCHETTE, ACCOMPAGNÉ DE VINAIGRETTE.

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



MIELS-QUÉBEC

FERMETURE DE L'ORGANISME POUR LA PÉRIODE DES FÊTES

◆◆◆ Veuillez prendre note que nos bureaux seront fermés du **22 décembre au 3 janvier** inclusivement.

Merci de votre compréhension!



ÉVÉNEMENTS

WOMANCE X MIELS-QC

LE 26 OCTOBRE DERNIER, L'ÉQUIPE DU MIELS-QC ACCOMPAGNÉE D'EMPLOYÉES DE WOMANCE ONT DISTRIBUÉ PLUS DE 200 ARTICLES DE VÊTEMENTS AU MEMBRES. UNE JOURNÉE MAGASINAGE QUI A ÉTÉ TRÈS APPRÉCIÉE DE TOUS ! NOUS TENONS À REMERCIER PIER-ANNE QUI A DÉMARRÉ CE PROJET IL Y A PLUS DE 3 ANS DÉJÀ !



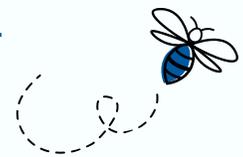
HALLOWEEN

LE 31 OCTOBRE DERNIER NOUS AVONS CÉLÉBRÉ L'HALLOWEEN AU MIELS-QC. DÎNER EFFRAYANT, COSTUMES ÉPOUSTOUFLANTS ET AMBIANCE FESTIVE ÉTAIENT AU RENDEZ-VOUS !



DÎNER MIELZZZ

STÉPHANIE NOUS A CONCOCTÉ UN DÎNER À THÉMATIQUE MIEL LE 2 NOVEMBRE DERNIER POUR CÉLÉBRER LA PREMIÈRE RÉCOLTE DE MIEL GRÂCE À NOTRE RUCHE MAISON ! PLUSIEURS POTS DE MIEL TOUJOURS DISPONIBLE AU COÛT DE 5\$ (VEUILLEZ VOUS ADRESSER À UN MEMBRE DE L'ÉQUIPE).



“

***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.



Marc-Antoine Pedneault
Intervenant psychosocial



Alyson Trépanier
Intervenante de proximité



William Turgeon
Intervenant de proximité

CONTACT

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

ÉVÉNEMENTS À VENIR

PLACES LIMITÉES
INSCRIPTION REQUISE

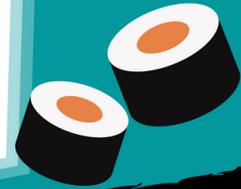
MIELS-QC

SOUPER SUSHI

20 JANVIER, 2022

GRUPE
DE FEMMES

POUR LES FEMMES ET PERSONNES
D'IDENTIFIANT EN TANT QUE FEMME

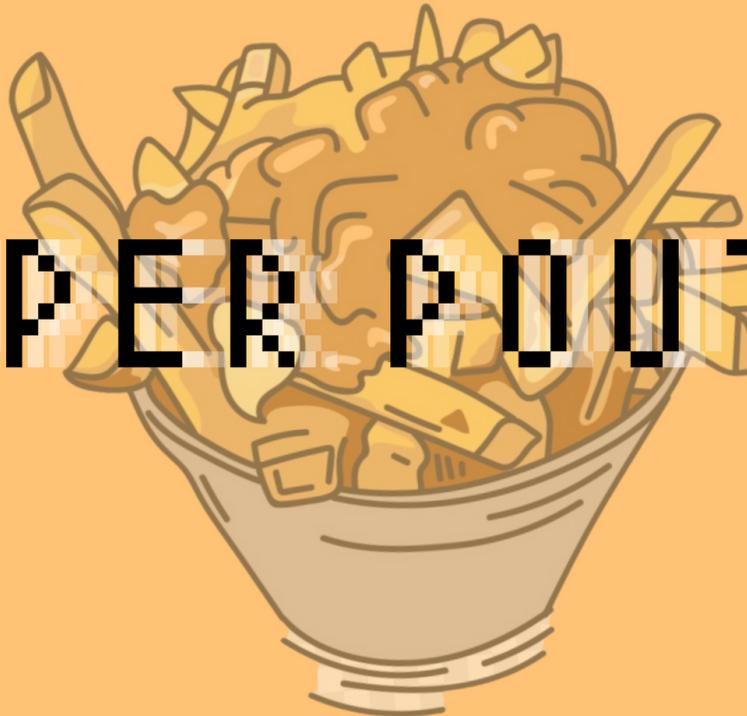


INSCRIPTION REQUISES

SOUPER FANTASIE

13 JANVIER, 2022

GRUPE ETHNOCULTUREL





ANNIVERSAIRE

MIELS-QUÉBEC

HEURES D'OUVERTURE

MILIEU DE VIE

9H À 16H

SERVICES ALIMENTAIRES

9H30 À 15H30

PRÉVENTION

Groupe de discussion au MIELS-Québec

**GROUPE DE DISCUSSION SUR LA
SEXUALITÉ POUR LES HOMMES
GAIS, BIEXUELS OU AYANT DES
RELATIONS SEXUELLES AVEC
D'AUTRES HOMMES
AU MIELS-QUÉBEC**

PLAISIR ET RÉDUCTION DES RISQUES

SEXE ANAL

LA PORNO

AFFIRMATION DANS SA SEXUALITÉ

SEXUALITÉ ET VIEILLISSEMENT



*Un ou plusieurs de ces sujets
t'intéressent ?*

Inscription et information:

*Camille Thibault
harsah@miels.org
(418) 649-1720, poste 205*



Tu veux échanger avec d'autres hommes qui aiment les hommes et en apprendre plus sur différents thèmes en lien avec la sexualité?

Inscris-toi à une ou plusieurs rencontres de ce groupe!

C'est **gratuit** et **confidentiel**.

MIELS-Québec offre un groupe de discussion s'adressant aux hommes gais, bisexuels et HARSAH*. (hommes gais, bisexuels et ayant des relations sexuelles et/ou affectives avec d'autres hommes)

Ces rencontres se déroulent **1 fois par 3 semaines**, de **18h30 à 20h**.

Chaque séance porte sur un thème différent, dans une optique positive de la sexualité.

Pour assister aux rencontres, il n'est pas nécessaire d'avoir été présent à la dernière puisque les thèmes changent au fil de celles-ci.

Pour s'inscrire ou pour vous avoir plus d'informations sur les rencontres, contactez **Camille Thibault** (intervenante auprès des hommes gais, bisexuels et ayant des relations sexuelles et/ou affectives avec d'autres hommes (HARSAH) au **harsah@miels.org** ou par téléphone au **(418) 649-1720, poste 205**.

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

Ma santé et le port 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



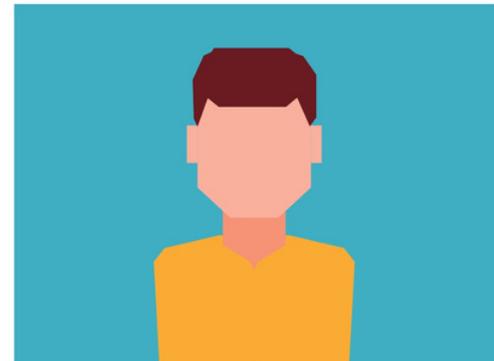
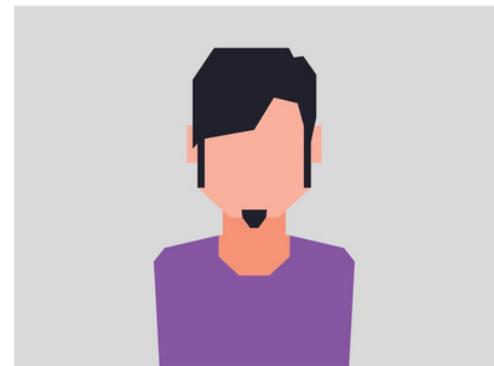
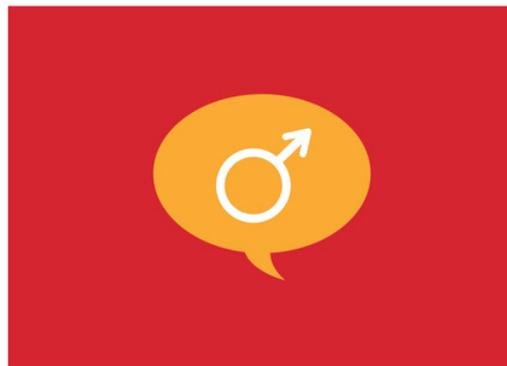
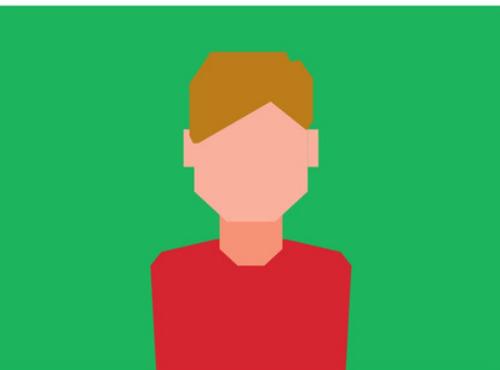
GROUPES DE SOUTIEN

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.



MERCI À LA FONDATION DES P'TITS LUTINS !

POUR LES CADEAUX OFFERTS
LORS DE LA DISTRIBUTION DES
PANIERES DE NOËL

DÉCEMBRE 2021

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
28	29	30	1 Moisson Journée mondiale de lutte contre le sida Cocktail Dinatoire & Cercle de parole	2	3	4
5	6	7	8 Moisson	9 Party de Noël des Membres	10	11
12	13	14 Moisson Banque Alimentaire	15 Moisson Banque Alimentaire	16	17 RENT Distribution de Paniers de Noël	18 RENT
19	20	21	22 Fermé	23 Fermé	24 Fermé	25 Fermé
26 Fermé	27 Fermé	28 Fermé	29 Fermé	30 Fermé	31 Fermé	1

JANVIER 2022

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
26	27	28	29	30	31	1 Fermé
2	3	4	5	6	7	8
Fermé	Fermé	Fermé	Moisson	Moisson	13 Souper Poutine (Groupe Ethnoculturel)	15
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
		Moisson Banque Alimentaire	Moisson Banque Alimentaire	Souper Sushi (Groupe de femmes)		
23	24	25	26	27	28	29
			Moisson			
30	31	1	2	3	4	5
			Formation Réseaux Sociaux			

NOTRE ÉQUIPE DE GESTION

UNE GESTION PARTICIPATIVE



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



KATY RODRIGUE
CODIRECTRICE GÉNÉRALE
CODGMIELS@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



**MARC-ANTOINE
PEDNEAULT**
INTERVENANT PSYCOSOCIAL
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 TRÉPANIER
INT. DE PROXIMITÉ
INTERVENANTSAMS4@MIELS.ORG
POSTE 210



GABRIEL MEAGHER-GAUDET
AGENT DE DÉVELOPPEMENT ET
SOUTIEN AU BÉNÉVOLAT
BENEVOLAT@MIELS.ORG
POSTE 108



JOÉ LEMOINE
STAGIAIRE
STAGE@MIELS.ORG

NOTRE ÉQUIPE DE TRAVAIL

INTERVENTION PRÉVENTIVE



EMMANUELLE BLOUIN

INT. AUPRÈS DES PROFESSIONNELLS ET
COMMUNAUTÉS ETHNOCULTURELLES

RECHERCHE@MIELS.ORG

POSTE 223



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

SERVICES ALIMENTAIRES



STÉPHANIE GAGNON

CUISINIÈRE

CUISINE@MIELS.ORG

POSTE 152

DIVERTISSEMENTS

A

ACCLAMER
ACCORDER
ADMIRER
AIDE
AIMER
ANNONCE
APPLAUDI
APPUI
ARGENT
AUTEUR
AVENIR

B

BAT
BON
BRIO
BUT

C

CÉLÈBRE
CERCLE
CÉRÉMONIE
CHOC
CHOIX
CLOS
CONNU

D

DATE
DÉCERNER
DÉPIT
DIGNE

E

ÉCLAT
ÉCRAN
ÉCRIVAIN
ÉGALITÉ

ÉLIRE

ÉLOGE
ÉMOI
ÉNERVE
ÉTONNER
ÉVALUER

F

FAVEUR
FÊTE
FIER
FOULE

G

GAGNANT
GAIN
GENS
GESTE
GLOIRE
GRAND

GRAVER

HÂTE
HAUT

I

IMAGE
INSCRIT

J

JOIE
JUGE
JURY

L

LANCER
LECTEUR
LIGNE
LISTE
LIVRE

LUEUR

LUIRE

M

MANUSCRIT
MEILLEUR
MERCİ
MIEUX
MODE
MONDE
MOT

N

NOMBREUX
NOMME

O

OBTENIR
OBTENU
OFFRIR

P

PAGE
PLACE
PLAIRE
PLAÎT
POUR
PRÉFÉRÉ
PRÉSENCE
PRIME
PRIX

R

RANG
RAVI
RECEVOIR
RÉCİT
RECORD
REÇU
RENDU

RENOM

RÉUNI
RÉVÉLÉ
RÔLE

S

SÛR

T

TALENT
TITRE
TOTAL

V

VANTE
VOIX
VOLUME
VOTE

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

DIVERTISSEMENTS - À COLORIER





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