

## LA DIRECTION

26 ans déjà, la solidarité toujours au rendez-vous !

Eh oui ! Cette année du 25<sup>e</sup> anniversaire du MIELS-Québec se termine. Cet anniversaire, nous avons souhaité le souligner de différentes façons. Il y a eu des retrouvailles, des commémorations, des remerciements, des souvenirs retrouvés, des rires et des pleurs, un cahier et des plaques qui traverseront les années mais surtout, de nombreuses occasions d'apprécier que le MIELS-Québec a été et est toujours porté par la solidarité.

En octobre, le dîner communautaire se transformera en 5 à 7 communautaire pour souligner la fin de 25<sup>e</sup> anniversaire. Nous vous espérons nombreux.

Puisque nous parlons de solidarité, je profite de l'occasion pour vous mentionner que cette valeur sera à l'honneur et renforcée à un maximum d'occasions durant l'année; que ce soit à travers les activités d'autofinancement, les groupes de pairs (aussi nombreux et diversifiés que nécessaire), les services réguliers et ainsi de suite.

MIELS-Québec est caractérisé par la diversité des personnes qui gravitent dans et autour de l'organisme. Bien sûr, cela demande à tous et chacun de faire preuve de beaucoup de respect, que ce soit dans sa façon d'être, dans les gestes ou dans les paroles. C'est une grande force ne l'oublions jamais.

Les personnes vivant avec le VIH-sida en 2012 sentent toujours la nécessité de ne pas dévoiler leur statut à cause des conséquences négatives en lien avec les amis, les collègues de travail, la famille, les voisins, etc. Cette dure réalité nous rappelle la nécessité que le MIELS-Québec soit un lieu d'accueil pour toutes les PVVIH, que ce soit dans les locaux ou par d'autres formes de contacts avec des intervenants ou des pairs.

Cet automne, plusieurs projets visent à s'ouvrir davantage aux PVVIH de la région, un beau défi que je souhaite porté par un maximum de personnes.

Thérèse Richer



Ce numéro de octobre 2012

DIRECTION ET	1
COIN DES LECTEURS	2
ENTRAIDE	3
PRÉVENTION	8
COORDONNÉES	12

Parution: 13e de la 20e année



## La pire des choses? Peut-être bien que non !

Il était une fois un village qui avait parmi ses habitants un vieil homme très sage. Les villageois avaient confiance en cet homme pour leur fournir les réponses à leurs questions et soucis.

Un jour, un fermier vint trouver le sage et dit d'un ton alarmé : « Vieil homme, aide-moi. Une chose horrible vient d'arriver. Mon bœuf est mort et je n'ai plus d'animal pour m'aider à labourer mon champ ! N'est-ce pas la pire chose qui puisse arriver ? » Le vieil homme sage répondit « Peut-être bien que oui, peut-être bien que non ». L'homme furieux retourna au village et rapporta à ses voisins que le sage était devenu fou. Bien sûr que c'était la pire chose qui puisse arriver ! Ne pouvait-il comprendre ça ?

Le lendemain, cependant, un cheval jeune et vigoureux fut aperçu près de la ferme de l'homme. Parce qu'il n'avait plus de bœuf sur lequel compter, il eut l'idée d'attraper le cheval pour remplacer son bœuf et c'est ce qu'il fit. Comme le fermier était heureux ! Labourer le champ n'avait jamais été aussi facile. Il retourna voir le sage pour s'excuser. « Vous aviez raison vieux sage. Perdre mon bœuf n'était pas la pire des choses qui pouvait arriver. C'était une bénédiction cachée ! Je n'aurais jamais capturé mon nouveau cheval si cela ne s'était pas produit. Vous devez admettre cette fois que c'est la meilleure chose qui puisse survenir ». Le sage répondit une fois encore « Peut-être bien que oui, peut-être bien que non ». Ah, non ! Pas encore se dit le fermier. C'est sûr, le vieux sage était à présent devenu complètement fou. Mais, de nouveau, l'homme ne savait pas ce qui allait arriver.

Quelques jours plus tard, le fils du fermier montait le cheval et fit une chute. Il se cassa la jambe et fut dans l'incapacité de faire la récolte. « Oh, non ! » pensa le fermier, « Maintenant nous allons mourir de faim ». Et de nouveau, le fermier se rendit chez le sage. Cette fois il lui dit « Comment saviez-vous que capturer mon cheval n'était pas la pire des choses qui puisse m'arriver ? Vous aviez encore raison. Mon fils est blessé et se trouve dans l'incapacité de m'aider pour la récolte. Cette fois je suis sûr que c'est la pire des choses qui puisse m'arriver. Et vous devez en convenir cette fois. » Mais tout comme il l'avait fait auparavant, le sage regarda le fermier et, avec compassion, lui répondit : « Peut-être bien que oui, peut-être bien que non ». Enragé que le vieil homme soit si ignorant, le fermier hors de lui retourna au village.

Le jour suivant, des soldats arrivèrent pour enrôler tous les hommes valides pour la guerre qui venait juste d'éclater. Le fils du fermier fut le seul jeune homme dans le village à ne pas partir. Il vivrait alors que les autres mourraient sûrement.

La morale de cette histoire nous fournit une leçon puissante. La vérité est que nous ne savons jamais ce qui va se passer – nous pensons seulement le savoir, nous portons des jugements, nous pensons analyser et nous comparons avec d'autres situations passées qui ne sont probablement pas le reflet du futur. Nous créons nous-mêmes des scénarios dans notre imagination sur les choses terribles qui pourraient arriver et ceux-ci nous mettent dans un état interne qui correspond à ces scénarios. S'ils sont négatifs, nous le deviendrons, s'ils sont positifs et optimistes, nous le serons aussi. La plupart du temps, après coup, nous nous rendons compte que nous nous sommes fait du souci pour rien et que nous avons tort. Si nous restons calmes, sereins et ouverts à toutes les possibilités, nous pourrions raisonnablement être certains que, éventuellement, tout ira bien. Ne vous créez pas de soucis qui n'existent pas : ils n'existent pas puisque c'est dans l'avenir.

Souvenez-vous : « Peut-être bien que oui, peut-être bien que non ».

Un optimiste voit des opportunités dans les difficultés.

# Bénévolat

Nous sommes présentement à la recherche de bénévoles! Notamment, pour faire de l'accueil téléphonique au MIELS-Québec.

La formation initiale des bénévoles aura lieu à 2 reprises au mois d'octobre soit le **24 octobre à 17h et le 25 octobre à 13h.**

Dans les prochaines semaines, tous les bénévoles seront contactés afin de mettre à jour leur dossier de bénévole. Ceux qui n'ont pas suivi cette formation seront invités à s'y inscrire.

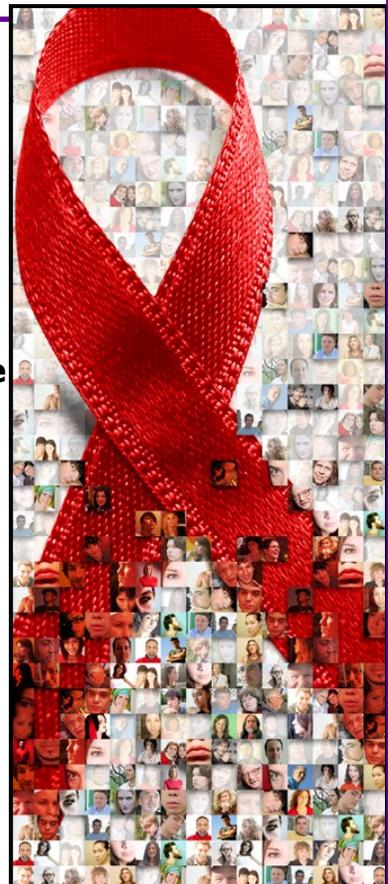
Pour plus d'information vous pouvez contacter Isabelle au poste 111

## **5 à 7 communautaire spécial clôture du 25e anniversaire.**

**Le dîner communautaire du 25 octobre sera  
remplacé par un 5 à 7 pour souligner la clôture  
du 25e anniversaire du MIELS-Québec.**

**Apportez votre bonne humeur et on  
s'occupe du reste!**

**Inscription dans le cartable rouge ou en  
contactant Isabelle au poste 111**



# Diner Spécial Halloween

Pirates, monstres, sorcières, nains  
de jardin, fées et princesses, venez  
casser la croûte avec nous le

**mercredi 31 octobre.**

Menu spécial pour  
l'occasion...

Prix de présence et concours de  
costumes



Bonjour gang!

Un petit mot pour me présenter... ce n'est pas évident en quelques lignes!  
Disons que premièrement, je me nomme Jessie (c'est déjà un début!) et  
suis étudiante en psychoéducation. Je commence ici, avec vous, mon stage  
dans le secteur de l'entraide. Je me considère privilégiée de pouvoir vivre  
mon expérience de stage dans cet organisme unique. Mais ce qui me  
motive par-dessus tout, c'est d'apprendre à vous connaître, de vous  
accompagner dans le quotidien, avec tout ce que ca peut représenter, avec  
tout ce qui peut s'y passer et toutes les émotions qu'on peut y vivre!

D'une fille bien contente d'entrer dans l'équipe!

Jessie J



## Comité permanent des personnes vivant avec le VIH-sida (CPPVVIH)

Le Conseil d'administration a mis sur pied un comité ad hoc en début d'été pour réfléchir au mandat au fonctionnement du CPPVVIH. Cinq personnes vivant avec le VIH-sida composent le comité ad hoc qui remettra ses recommandations au Conseil d'administration d'ici la fin de l'année 2012.

Si vous avez des commentaires ou des suggestions à formuler en personne ou par écrit concernant le CPPVVIH, vous pouvez les acheminer à l'un des membres du comité ad hoc directement ou en passant par Isabelle à la vie communautaire.

## BANQUE ALIMENTAIRE

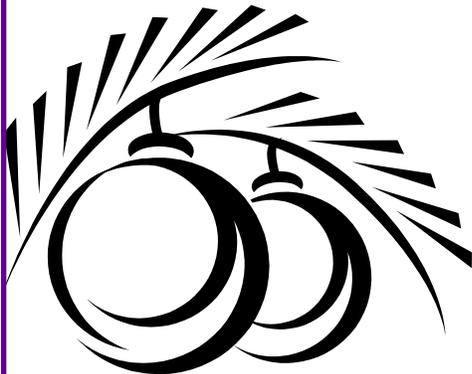
En octobre, la banque alimentaire aura lieu du lundi 15 au jeudi 18 octobre inclusivement, de 10h30 à 15h30. Votre contribution sera de 9\$ et de 11\$ pour les personnes avec enfants. Comme toujours, vous pouvez prendre un arrangement avec le responsable de la banque alimentaire, Michel Desgagnés, vous devez le faire avant 15h30 le dernier jour de la semaine d'opération, au poste 103.

Prenez note aussi que les bons supplémentaires commenceront avec le mois de novembre.

Le comité de la banque alimentaire.



## Party de Noël 2012



Comme l'an dernier, le party de Noël des membres se tiendra au bar Le Drague au mois de décembre. Afin de faire de cette fête un événement mémorable, nous désirons former un comité organisateur dès maintenant. Qu'avez-vous envie de manger? Quelle sera l'animation pour la soirée? Y'aura-t'il des jeux pour gagner les prix de présence? Du karaoké? Voici des exemples de questions auxquelles le comité devra répondre!

Intéressés à vous impliquer?? Il y aura une première rencontre du comité **le mercredi 10 octobre à 13h au miels.**

Contactez Isabelle au poste 111

## **GROUPE DE FEMMES**



## **SORTIE À CAP TOURMENTE**

Quoi de mieux qu'une sortie plein-air pour profiter des belles couleurs de l'automne? Au programme, pique-nique, marche et observation des oies blanches à Cap Tourmente. Les oies sont présentes en grand nombre à cette période, elles viennent prendre des forces avant de poursuivre leur voyage vers le sud des États-Unis. C'est à l'automne que les rassemblements d'oies sont les plus spectaculaires.

**Rendez-vous au MIELS le samedi 13 octobre à 9h00.**

**Coût de l'activité : 2 \$, inscription obligatoire.**

**Sonia poste 202**

## **GROUPE DES 15 ANS ET PLUS**

### **Souper spaghetti**

Depuis quelques semaines déjà vous entendez parler que le Miels souhaite mettre sur pied un groupe pour les personnes atteintes depuis plus de 15 ans. Je vous donne donc rendez-vous le jeudi 18 octobre à 17h00 pour une première rencontre, question de faire connaissance et d'échanger sur les orientations possibles selon vos besoins et vos intérêts.

Apportez votre sourire, votre enthousiasme et vos idées.

**Inscription dans le cahier rouge au plus tard le mardi 16 octobre; merci.**

**Liza-Nicole, poste 223**





# Nuit des sans-abri

**Bonjour à tous et à toutes,**

**Vendredi le 19 octobre prochain aura lieu la 11<sup>e</sup> Nuit des sans-abri de la Ville de Québec, à l'intersection du boulevard Charest et de la rue de la Couronne. Au menu, spectacles, jeux, activités de sensibilisation et rires à profusion. Apportez votre bonne humeur et venez vivre une expérience unique en participant aux activités ou en vous impliquant lors de cet événement.**

**Pour toutes questions ou pour donner votre nom, contactez Vanessa Fradette au 418-649-1720 poste 224 ou Kathy Dubé au 418-649-1720 poste 206.**

## **Atelier de prévention (SIDA-101)**

Adapté à la réalité du milieu, un atelier de sensibilisation dynamique sur le VIH-sida et les autres ITSS est proposé. Cette activité pédagogique peut également être suivie d'un témoignage d'une personne vivant avec le VIH.

25 octobre 13h au MIELS-Québec

Contactez Yvan au poste 206



Bonjour à vous tous,

Comme certains l'ont peut-être remarqué, il y a une nouvelle collègue parmi la fabuleuse équipe au MIELS-Québec!

En effet, mon nom est Priscilla et je serai, pour toute l'année scolaire, votre nouvelle intervenante stagiaire au secteur de la prévention. Je suis étudiante au cégep Ste-Foy, en travail social (dernière année). Il me fera plaisir d'être là pour vous. Je suis une personne à l'écoute, ouverte d'esprit et j'aime bien passer du temps à discuter de tout et de rien avec de nouveaux visages.

Je participerai entre autres à la formation des bénévoles pour l'intervention internet ainsi que bien d'autres projets déjà en branle.

J'ai très hâte de vous connaître davantage ...Au plaisir de faire un brin de jasette avec vous!

Priscilla Légaré Jobin

<b>Mouvement d'information et d'entraide dans la lutte contre le VIH-Sida</b> <b>625, Avenue Chouinard, Québec, QC G1S 3E3</b>	<b>Tél. : 418 649-1720</b> <b>Télééc. : 418 649-1256</b> <b>Internet : WWW.MIELS.ORG</b> <b>@ : (courriel) @MIELS.ORG</b>
<b>Comité permanent de personnes vivant avec le VIH</b>	<b>Poste 114</b> <b>@ : cppvvih@miels.org</b>

<b>Administration</b>	<b>poste et courriel</b>
<b>THÉRÈSE RICHER</b> Directrice générale	<b>203</b> <b>DGMIELS@</b>
<b>SANDRA RODRIGUEZ</b> Adjointe administrative	<b>208</b> <b>ADJDIR@</b>

<b>Hébergement Marc-Simon</b>	<b>poste et courriel</b>
<b>NANCY COOPER</b> Coordonnatrice HÉBERGEMENT Marc-Simon	<b>222</b> <b>AMS@</b>
<b>MICHELLE BLOUIN</b> Infirmière communautaire	<b>221 OU 102</b>

<b>Milieu de vie</b>	<b>poste et courriel</b>
<b>SALLE COMMUNAUTAIRE</b>	<b>151</b>
<b>CUISINE</b>	<b>152</b>
<b>CACI</b>	<b>153</b>
<b>BANQUE ALIMENTAIRE</b>	<b>103</b>
<b>MOISSON QUÉBEC</b>	<b>104</b>

<b>Sidus Express</b>	<b>Prénoms</b>
<b>CUEILLETTE DES TEXTES</b>	<b>ISABELLE</b>
<b>CORRECTION DES TEXTES</b>	<b>Louis-David</b>
<b>CALENDRIER ET ASSEMBLAGE</b>	<b>HMS</b>
<b>GRAPHIE ET MISE EN PAGE</b>	<b>ISABELLE</b>

**PROCHAINE DATE DE TOMBÉE:**  
**19 NOVEMBRE 2012**

<b>Entraide</b>	<b>poste et courriel</b>
<b>SONIA BLOUIN</b> Coordonnatrice	<b>202</b> <b>MAINTIEN@</b>
<b>LOUIS-DAVID BOURQUE</b> Intervenant social	<b>213</b> <b>INTPSYCHO@</b>
<b>ISABELLE BOUDREAU</b> Intervenante communautaire	<b>111</b> <b>INTVIECOMM@</b>
<b>KARINE GAGNÉ-LAFERRIÈRE</b> Responsable PROJETS ALIMENTAIRES	<b>112</b> <b>CUISINE@</b>
<b>GILLES BISSON</b> PAMF (Aide à la médication)	<b>150</b>
<b>JESSIE</b> INTERVENANTE STAGIAIRE	<b>154</b> <b>STAGIAIREEN-</b>
<b>Prévention et liaisons avec les communautés</b>	<b>poste et courriel</b>
<b>YVAN FORTIN</b> Coordonnateur	<b>209</b> <b>PREVENTION@</b>
<b>MARYANE TREMBLAY</b> Intervenant PROJETS JEUNESSE + LATEX MUR À MUR	<b>204</b> <b>BRIGADE@</b>
<b>SAMUEL FORTIER</b> INTERVENANT HARSAH	<b>205</b> <b>INFO @PRISME.ORG</b>
<b>KATHY DUBÉ</b> Intervenante de milieu	<b>206</b> <b>INTMILIEU@</b>
<b>PRISCILLA LÉGARÉ JOBIN</b> Intervenante Stagiaire	<b>207</b> <b>STAGEPREVENTION@</b>
<b>VANESSA FRADETTE</b> Intervenante de milieu-logement	<b>224</b> <b>INTMILIEULOGEMENT@</b>