

# Un mot du Président

Bonjour chers membres,

La rentrée est déjà à nos portes et j'oserais presque dire qu'elle arrive enfin. Mon ventilateur a rendu l'âme, mon corps et mon esprit ont besoin d'un peu de fraîcheur. J'en vois déjà penser : « L'été est assez court, on ne va pas se plaindre de la chaleur en plus!! » Ce qui me fait penser que vous avez bien raison! Chaque saison nous apporte son lot de tout ce qui la compose et j'aime bien en retirer le meilleur. De plus, nous avons la chance d'en avoir quatre. Peu de personnes peuvent en dire autant! L'automne nous apporte aussi le retour des classes (je l'espère), la fraîcheur des nuits (j'en rêve), les couleurs rouge et orange des arbres (mon appareil photo est prêt) et bien sûr la rentrée au MIELS-QUÉBEC (j'ai hâte de vous y revoir tous et toutes).

Au nom du conseil d'administration, de la direction et en mon nom personnel, je vous souhaite une rentrée pleine de bonne humeur, de partage et de confiance mutuelle. Notre diversité ne peut que nous enrichir.

Donald Careau, votre président

Ce numéro de Septembre 2012

DIRECTION ET ADMINISTRATION	1
COIN DES LECTEURS	2
ENTRAIDE	5
PRÉVENTION	10
COORDONNÉES	12



Parution: 13e de la 20e année

## VERS UN MONDE SANS SIDA.

Cette belle formule n'est pas sortie des discussions de la 19<sup>ième</sup> conférence internationale sur le sida qui s'est tenue à Washington cet été. C'est le nom qu'Éric Nigon a donné à son trimaran, avec lequel il a participé à la Transat Québec-St-Malo du 23 juillet au 7 août. Il y a quelques années, il s'est associé avec AIDES de France, pour porter l'emblème du VIH-sida, le ruban rouge, partout où navigue son voilier. Quelques-uns des membres et employés de MIELS-Qc ont eu la chance de le rencontrer, lui et son équipage, Vincent, Philippe et Samy. Ils ont invité quelques membres à faire une sortie sur le fleuve le vendredi avant le grand départ de la Transat.



Chaque jour de la Transat, Éric Nigon écrivait un mot sur son blogue où il décrivait les difficultés et les beaux moments de leur traversée. Ça nous a permis de les suivre tout au long de leur périple sur la mer jusqu'à l'arrivée à St-Malo où ils ont terminé 3<sup>ième</sup> de leur catégorie.

Ci-dessous, j'ai mis un extrait d'un des textes qu'il a écrit après une journée décevante, où le vent a manqué, mais où il a pris le temps de penser à nous et à notre lutte. On voit aussi sur sa photo que le gilet du 25<sup>ième</sup> de MIELS-Québec a navigué avec eux.

« ..... on ne va pas rejouer le passé. S'il y a bien une chose sur laquelle on n'a pas de prise c'est le passé, il **faut vivre avec** et penser à ce qui est devant nous. Nos petits "malheurs" ne sont rien et me ramènent cette nuit au **vrai sujet qui donne un sens à cette aventure** de la course au large pour le Voilier au ruban rouge.



Notre trimaran est là pour témoigner à charge contre le VIH et pour soutenir tous **ceux qui luttent** contre le virus. Le problème n'est pas seulement la santé mais tout un environnement de vie sociale. Je laisse aux associations **AIDES** ou **MIELS** exprimer avec les **bons mots** et surtout les **bonnes actions** la manière de **prévenir** et de **soutenir** les personnes à risque (nous tous) et celles infectées par le virus mais notre Transat c'est celle de "**vers un monde sans sida**". On va y arriver et si même il faut faire un peu de Sud pour ensuite remonter vers le Nord-Est quand les vents seront favorables.

Cette nuit on pense à Louis, à Guy,... **à tous nos amis de Québec** qui luttent personnellement ou pour les autres contre le VIH. On embrasse très fort **Thérèse, Sonia, Yvan** et on vous offre à tous cette première semaine de navigation qui nous a amené des **rives du Saint Laurent** à son **Golfe** et ses magnifiques escales puis à **Saint-Pierre et Miquelon** comme dans les livres des pêcheurs de terre neuve et là au milieu de l'atlantique avec le plancton phosphorescent et là le vent qui vient de tourner au Sud!!

On repart **dans le bon sens**, on y va vers ce monde sans sida

**Tout l'équipage vous embrasse**, le sourire n'est jamais loin quand on ne lâche rien »

Ses paroles, écrites le 29 juillet au milieu de l'atlantique, en pleine Transat, sont pour nous. C'est quand même étonnant et beau à lire. Éric Nigon, un cœur généreux et courageux, mérite notre admiration parce qu'ils sont rares ceux qui afficheront la cause des personnes vivant avec le VIH-sida sur leur propre voilier.

Gaëtan Laroche





**Un chauffeur de taxi new yorkais raconte :**

Je suis arrivé à l'adresse et j'ai klaxonné. Après avoir attendu quelques minutes, je klaxonne à nouveau. Comme il s'agissait de ma dernière course de la journée, je pensais partir, mais finalement je me suis stationné et puis je me suis dirigé vers la porte et j'ai toqué.

« Juste une minute », a répondu une voix de personne âgée. Je pouvais entendre quelque chose qui traînait sur le plancher. Après une longue pause, la porte s'ouvrit. Une petite femme de 90 ans se tenait devant moi. Elle portait une robe imprimée et un chapeau à voilette, ressemblant à un personnage de film des années 1940. À côté d'elle il y avait une petite valise en nylon. L'appartement semblait comme si personne n'avait vécu dedans depuis des années. Tout le mobilier était recouvert de draps. Il n'y avait pas d'horloge sur les murs, pas de bibelot ni aucun ustensile sur les comptoirs. Dans un coin il y avait une boîte en carton remplie de photos et de verrerie.

« Pourriez-vous porter mon bagage jusqu'à la voiture? » dit-elle. J'ai porté la valise jusqu'à mon véhicule, puis suis retourné aider la femme. Elle prit mon bras et nous avons marché lentement vers le bord du trottoir. Elle n'arrêtait pas de me remercier pour ma gentillesse. « Ce n'est rien », je lui ai dit « J'essaie simplement de traiter mes passagers de la façon dont je voudrais que ma mère soit traitée. »

« Oh, tu es un bon garçon », dit-elle. Quand nous sommes arrivés dans la voiture, elle m'a donné une adresse, puis demanda: « Pouvez-vous passer par le centre-ville? »,

« Ce n'est pas le plus court chemin », répondis-je.

« Oh, cela ne me dérange pas », dit-elle. « Je ne suis pas pressé. Je me rends au centre de soins palliatifs. » J'ai regardé dans le rétroviseur. Ses yeux scintillaient. « Je n'ai pas de famille » reprit-elle d'une voix douce. « Le docteur dit que je n'en ai plus pour très longtemps. » J'ai discrètement arrêté le compteur.

« Quelle route voudriez-vous que je prenne? » demandai-je.

Pendant les deux heures qui ont suivi, nous avons roulé à travers la ville. Elle m'a montré le bâtiment où elle avait travaillé comme opérateur d'ascenseur. Nous avons traversé le quartier où elle et son mari avaient vécu quand ils étaient jeunes mariés. Elle m'a fait arrêter devant un entrepôt de meubles qui était à l'époque une salle de bal où elle était allée danser lorsqu'elle était jeune fille. Parfois, elle me demandait de ralentir en face d'un bâtiment particulier ou dans un coin et s'asseyait le regard perdu dans l'obscurité, sans rien dire. Lorsque le soleil commença à rejoindre l'horizon, elle dit soudain: « Je suis fatiguée j'aimerais que nous y allions maintenant ». Nous avons roulé en silence à l'adresse qu'elle m'avait donnée. C'était un petit édifice, comme une petite maison de convalescence, avec un portique pour rentrer dans une allée. Deux infirmiers sont sortis et se sont dirigés vers le taxi. Ils étaient très attentionnés et surveillaient tous les mouvements de la vieille dame. Visiblement ils attendaient son arrivée. J'ai ouvert le coffre et porté la petite valise jusqu'à la porte. La femme était déjà assise dans un fauteuil roulant.

« Combien vous dois-je? » m'a-t-elle demandé, en ouvrant son sac.

« Rien » lui dis-je.

« Vous devez gagner votre vie », répondit-elle.

« Il y aura d'autres passagers, » ai-je répondu.

Presque sans y penser, je me suis penché et lui ai donné une accolade. Elle me serra fort.

« Vous avez donné un petit moment de joie à une vieille dame », dit-elle. « Je vous remercie. »

Je lui serrai la main, et me retournai. Derrière moi, une porte a claqué, c'était le bruit d'une vie qui se termine. Je n'ai pris aucun passager le reste de ma course. J'ai conduit sans but perdu dans mes pensées. Je n'ai pratiquement pas parlé le reste de la soirée. Que se serait-il passé si cette femme avait eu à faire à un chauffeur en colère, ou à quelqu'un d' impatient et pressé ? Et si j'avais refusé de prendre la course, ou avais klaxonné plusieurs fois, puis parti sans attendre ? Après réflexion, je ne pense pas avoir fait quelque chose de plus important dans ma vie. Nous sommes conditionnés à penser que nos vies tournent autour de grands moments. Mais les grands moments sont souvent des jolis petits instants auxquels nous ne prêtons pas assez attention.»

Auteur Inconnu.

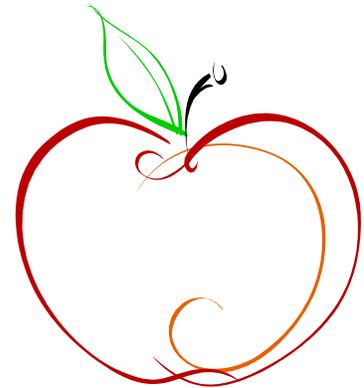
# Party de la rentrée

Cette année, c'est le jeudi 6 septembre que nous fêterons la rentrée! Nous vous attendons en grand nombre pour ce traditionnel rendez-vous de la fin de l'été!

Dès 16h, venez partager bouffe, plaisir et bonne compagnie!

Si vous voulez donner un coup de main pour préparer la fête (faire les courses, la bouffe, la déco...), communiquez avec moi!

Isabelle au poste 111



## Conférence

**« Le traitement comme moyen de prévention, mieux comprendre les données et les enjeux »**

Le concept de « traitement comme prévention » est simple et complexe en même temps. Cet atelier explorera les origines de cette stratégie, les nouvelles données sur son efficacité ainsi que les enjeux sociaux de sa mise en place. Est-ce que cette approche fonctionnera pour baisser les nouvelles infections au Québec? Que veulent dire les données sur la réduction du risque de transmission pour les personnes vivant avec le VIH? Quels sont les bénéfices individuels et communautaires de cette stratégie? Cet atelier interactif suivi d'une période de questions et de discussion tentera de répondre à ces questions.

**Conférencier invité : Ryas Fadel, Sexologue**

**Date** : mercredi 19 septembre 2012

**Heure** : de 17h à 20h30

**Lieu** : Université Laval à Québec  
Pavillon Maurice Pollack, local 2326  
2305, rue de l'Université

Entrée gratuite – Souper offert sur place

**Inscription obligatoire avant le**  
**jeudi 13 septembre 2012**

Isabelle Boudreault, poste 111



MIELS-Québec est maintenant inscrit comme équipe à la collecte de dons pour l'événement « Ensemble, ça marche » de la Fondation Farha.

Donc, vous pouvez dès aujourd'hui vous joindre à l'équipe ou encore faire un don qui sera remis directement à l'équipe, donc au MIELS pour l'aide à la médication.

Pour votre information, ÇA MARCHÉ 2012 a un objectif global de 400 000\$. De notre côté, nous nous sommes fixés l'objectif de 5000\$.

Cette année, nous incitons les gens à faire des dons en ligne pour plusieurs raisons : prendre soin de l'environnement, diminuer la lourdeur administrative, faciliter la réception de reçus pour fin d'impôts, etc. De cette façon, il sera aussi plus facile de suivre notre objectif en consultant le site au [www.farha.qc.ca](http://www.farha.qc.ca)

Dernièrement je vous ai envoyé un courriel expliquant la marche à suivre pour vous joindre à l'équipe du MIELS-QUÉBEC sur le site internet de la marche Farha. Vous pouvez également venir me remettre vos dons recueillis et je m'occuperai de les enregistrer pour vous.

**à surveiller!!**

**Une journée d'activités d'autofinancement sera organisée durant le mois de septembre afin d'amasser des dons. La date et le lieu restent à confirmer. Nous allons avoir besoin de vous dans le déroulement de la journée!**

## Groupe de pairs aidants accompagnateurs...

Êtes-vous toujours là?



Bien que je n'ai pas eu la chance de vous rencontrer individuellement avant mes vacances (sauf quelques exceptions) ni de faire notre rencontre de travail (qui a dû être reportée car plusieurs absences), je ne vous lâche pas!

Dès mon retour de vacances (mardi le 4 septembre), je communique avec chacun d'entre vous pour valider votre intérêt et prévoir une rencontre de travail; question de structurer ensemble ce super projet que je considère très important.

Au plaisir de vous retrouver bientôt!

LOUIS-DAVID, poste 213

**G  
R  
O  
U  
P  
E  
  
D  
E  
  
F  
E  
M  
M  
E  
S**

### BBQ et cinéma

**(Cette activité a été annoncée par erreur pour le mois d'août)**

Un souper BBQ sera organisé par et pour le groupe de femmes, sur la terrasse du MIELS. Nous profiterons de cette belle soirée pour partager, rêver et s'amuser. Par la suite, nous regarderons un film de votre choix.

L'activité aura lieu le jeudi, 20 septembre.

Apportez vos sourires et le soleil!

# LE RETOUR DES BRUNCHS ANIMÉS !!!!

Avec septembre vient le retour des Brunchs Animés chaque troisième mardi du mois!

C'est donc un rendez-vous, le mardi 18 septembre de 10h à midi. Cette année ne fera pas exception. Pour notre première rencontre, il s'agira d'un sujet libre et nous en profiterons pour échanger sur la formule de nos rencontres.

Apportez votre sourire...et vos suggestions en tous genres!

Information : Louis-David, poste 213

(retour de vacances le mardi 4 sept.)

## ÇA MARCHE 2012

Êtes vous prêt pour la 20<sup>e</sup> édition de **ÇA MARCHE?**

La marche débute à 9 H, **DIMANCHE 30 SEPTEMBRE 2012** au **PARC ÉMILIE GAMELIN (STE-CATHERINE EST & ST-HUBERT, MONTRÉAL. STATION BERRI-UQAM)**

### Déroulement de la journée

5h30: Départ de MIELS-QUÉBEC en autobus.  
9h: Remise des dons  
10h: Cérémonie d'ouverture  
12h30: Fin de la marche et diner  
13h30: Départ pour Québec



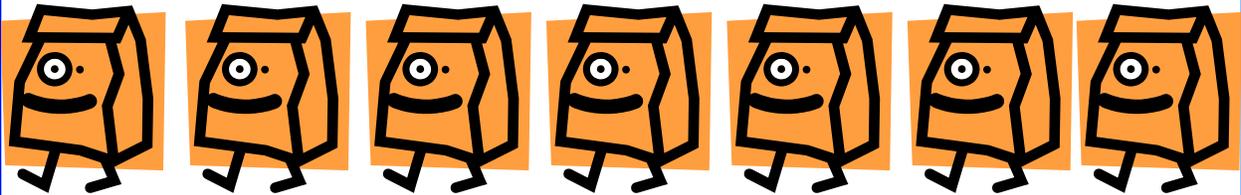
Pour cette journée spéciale, le déjeuner et le diner seront offerts à tous. Nous vous invitons à venir accompagné.

Pour vous inscrire, contactez Isabelle Boudreault, poste 111 ou inscrivez directement votre nom et celui des invités dans le cartable rouge.

## BANQUE ALIMENTAIRE – SEPTEMBRE RETOUR À L'HORAIRE RÉGULIER

À partir du mois de septembre la banque alimentaire revient à son horaire régulier, soit du lundi au jeudi de 10h30 à 15h30 la 3<sup>ième</sup> semaine pleine du mois. Votre contribution pour septembre 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.

Le comité de la banque alimentaire.



## Petit message aux bénévoles

Je suis présentement en train de mettre à jour la banque de bénévoles du MIELS-QUÉBEC. Je dois donc prendre contact avec chacun des bénévoles afin d'actualiser les informations telles que les intérêts, les formations reçues, les disponibilités etc. Profitez de votre prochain passage au MIELS-QUÉBEC pour venir me voir afin de mettre votre dossier de bénévole à jour. Vous pouvez également me contacter par téléphone au 418-649-1720 poste 111.

J'en profite pour dire que MIELS a toujours besoin de nouveaux bénévoles alors si vous avez envie de donner un peu de votre temps n'hésitez pas à venir me voir.

Isabelle

## **23e Nuit nationale des sans-abri**

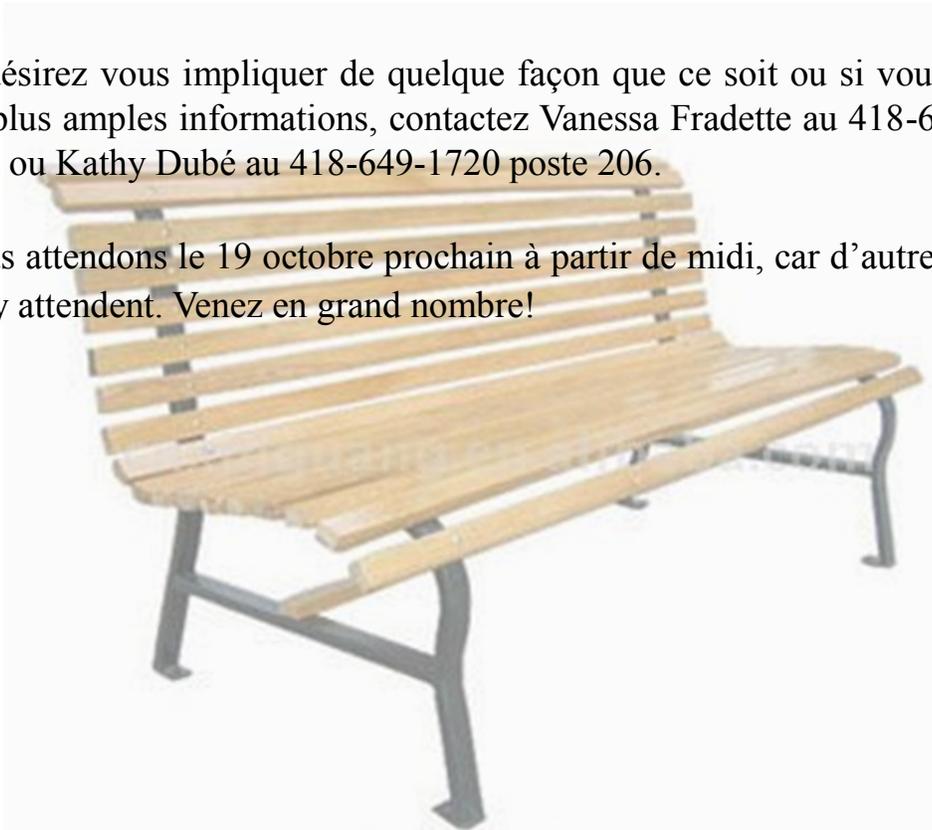
Bonjour à tous et à toutes,

Cette année, encore une fois, aura lieu La Nuit des sans-abri, à l'intersection du boulevard Charest et de la rue de la Couronne. Rappelons que cet événement a pour but de sensibiliser les Québécois et Québécoises aux conséquences que peuvent entraîner la pauvreté, la désaffiliation sociale et l'itinérance.

Pourquoi devriez-vous venir? Et bien, parce que des activités de toutes sortes vous seront proposées et le tout se déroulera dans une ambiance chaleureuse et conviviale. Il y aura entre autres, la construction de maisons en carton ainsi que des projections sur l'itinérance. Histoire de bien vous initier à la réalité vécue par les sans-abris, une animation se déroulera sur la scène principale en soirée et un goûter vous sera servi. Enfin, vous pourrez vous réchauffer autour des quelques braseros qui seront disposés sur le site!

Si vous désirez vous impliquer de quelque façon que ce soit ou si vous voulez avoir de plus amples informations, contactez Vanessa Fradette au 418-649-1720 poste 224 ou Kathy Dubé au 418-649-1720 poste 206.

Nous vous attendons le 19 octobre prochain à partir de midi, car d'autres surprises vous y attendent. Venez en grand nombre!



Bonjour à toutes et tous!

Tel une Dominique Michel, je vous informe que je suis officiellement de retour. En effet, après avoir tiré ma révérence l'été dernier, été réengagé sur un projet VIH et vieillissement et squatté les bureaux de mes collègues pendant l'hiver, je cesserai d'être un itinérant de locaux pour revenir au sein de l'équipe prévention dès septembre 2012!

Je vous entends déjà scander : « Un discours, un discours! » Bon, très bien, mais je serai bref. Sachez que je suis honoré de la confiance placée en moi par le MIELS-Québec et heureux de pouvoir « préventionner » de nouveau. De nouveaux défis m'attendent, mais mes manches sont relevées assez hautes pour les affronter. Ayez toutefois une petite pensée pour Maryane qui devra supporter mes excentricités au quotidien.

Merci et à bientôt!

Pier-Luc Chouinard alias le grand barbu  
aux souliers colorés du premier étage



## Colloque « Réalités GLBT : Les méconnues »

L'organisme GLBT Québec / Lutte à l'homophobie tient un important colloque sur les minorités sexuelles les jeudi 30 et vendredi 31 août 2012 au TRYP Québec Hôtel PUR. Cette activité intitulée « Les méconnues : Colloque sur les réalités GLBT » a lieu dans le cadre de la Fête Arc-en-ciel, qui se déroulera du 30 août au 2 septembre à Québec. Le colloque mettra l'accent sur les réalités des femmes lesbiennes et trans.

L'objectif principal du colloque vise à faire le point sur les connaissances GLBT et de les diffuser auprès du plus grand nombre de personnes possible. L'inscription à 40\$ est ouverte aux citoyen(ne)s et aux intervenant(e)s des réseaux de la santé, des services sociaux, des organismes communautaires et du monde de l'éducation. Les étudiant(e)s peuvent s'inscrire pour 20\$. Ce projet est réalisé grâce au soutien financier du Bureau de lutte contre l'homophobie du ministère de la Justice du Québec et avec la collaboration du GRIS-Québec, du MIELS-Québec et du Groupe gai de l'Université Laval. Date limite pour inscription: 24 août

Programmation complète et inscription : <http://www.glbttquebec.org/colloque.html>

Événement Facebook : <https://www.facebook.com/events/175179739280121/>

<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>Télec. : 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>

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

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

Milieu de vie	poste et courriel
<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>

Sidus Express	Prénoms
<b>CUEILLETTE DES TEXTES</b>	<b>ISABELLE</b>
<b>CORRECTION DES TEXTES</b>	<b>LISA-NICOLE</b>
<b>CALENDRIER ET ASSEMBLAGE</b>	<b>DANIELLE</b>
<b>MISE EN PAGE</b>	<b>Isabelle</b>

Entraide	poste et courriel
<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 BOUDREULT</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>PAMF@</b>
<b>MIREILLE PIERRE-LOUIS</b> Intervenante-immigration	<b>113</b> <b>MIREILLE@</b>

Prévention et liaisons avec les communautés	poste et courriel
<b>YVAN FORTIN</b> Coordonnateur	<b>209</b> <b>PREVENTION@</b>
<b>MARYANE TREMBLAY</b> Intervenant PROJETS JEUNESSE + <i>LATEX MUR À MUR</i>	<b>204</b> <b>BRIGADE@</b>
<b>PIER-LUC CHOUINARD</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>VANESSA FRADETTE</b> Intervenante de milieu-logement	<b>224</b> <b>INTMILIEULOGEMENT@</b>

**PROCHAINE DATE DE TOMBÉE:**  
**17 SEPTEMBRE 2012**