

SIDUS Express

Septembre 2017



Développer une déclaration de consensus communautaire : mettre fin aux poursuites injustes pour non-divulgence du VIH

Votre avis est important

La criminalisation concernant la « non-divulgence du VIH » est certainement un sujet qui vous préoccupe d'une façon ou d'une autre. Dans les prochaines semaines vous serez invités à donner votre opinion.

L'objectif de cette consultation est d'alimenter le développement d'une déclaration de consensus communautaire demandant diverses actions au gouvernement fédéral et aux gouvernements provinciaux. Nous devons procéder rapidement afin que cette déclaration soit considérée dans le cadre du processus du Ministère de la Justice Fédéral sur les possibilités de réformer la criminalisation.

Séances de consultation

Comme il s'agit de questions délicates nous vous proposons des possibilités de rencontres-échange par groupe de 10 à 15 personnes :

- Rencontre des groupes de pairs (selon vos disponibilités) ;
➔ **GROUPES DE FEMMES** : Rencontre de consultation mardi le 29 août à 13 h 30
Où : au MIELS-Québec **confirmation** : Laurence De Angelis, poste 111
- Rencontre après le dîner communautaire du 31 août ;
- Rencontre des employés lundi 28 août avant la réunion ;
- Autres rencontres en après-midi ou en soirée avec des personnes intéressées selon les disponibilités.

Il s'agit selon nous d'une démarche très importante et nous espérons la plus grande participation possible. Les avis de chacun (PVVIH ou non) seront considérés. Yvan Fortin sera responsable de cette consultation, vous pouvez communiquer avec lui pour plus d'information.

En plus des consultations en personne, il existe également un sondage sur Internet afin de recevoir des rétroactions. Répondez à ce sondage à l'adresse : <https://www.surveymonkey.com/r/CGPZHQW>

YVAN FORTIN
Coordonnateur par intérim
418 649-1720, p. 202
maintien@miels.org



À lire ce mois-ci:	Page
Invitation : séances de consultation	1
Index	2
Invitation : Party de la rentrée MIELS-Québec	3
Invitation : PARCours 2017 Message : Au revoir	4
Message : Camp positif au Lac Vert	5
Groupe de pairs : Groupe des communautés culturelles	6
Groupe de pairs : Groupe les Aventuriers	7
Moisson-Québec : Programme de récupération en supermarchés	8
Info-Prévention : Événements	9
Info-Prévention : Petit cours élémentaire sur la diversité de genre	10-11
Viellissement : Le vieillissement et la santé mentale (3)	12
Groupe d'achats Banque alimentaire	13
Hébergement Marc-Simon	14
Répertoire des départements et fonctions	15
Calendrier : Septembre 2017	16

Invitation

Party de la rentrée MIELS-Québec (5 à 7)



Jeudi le 7 septembre nous fêterons la rentrée!

Nous vous attendons en grand nombre pour ce traditionnel rendez-vous de la fin de l'été!

Dès 17 h 00, venez partager bouffe, plaisir et bonne compagnie!

Svp confirmez votre présence dans le cartable rouge ou avec Normand Bilodeau (poste 113, intervenant entre-pairs) avant le mardi 6 septembre.

C'est la
RENTRÉE!

Au plaisir de partager de bons moments ensemble!

Invitation



PARCours est l'activité qui remplace le classique ÇA MARCHE!

Le 1er octobre prochain, au Parc Laurier à Montréal aura lieu l'événement PARCours.

Il y aura des kiosques, de la musique et nous profiterons de l'occasion pour former une grande chaîne humaine symbolisant le ruban rouge .

Participez à PARCours dès maintenant en faisant un don ici :

www.fqsida.org/PARCours2017/FQSIDA

Des informations supplémentaires vous seront transmises au cours des prochaines semaines. Pour plus de renseignements, voir Normand ou Laurence.

Message

Chères/Chers membres et collègues,

Le jeudi 17 août marquera pour moi la fin d'une aventure inoubliable. C'est en effet à cette date que sera levée mon implication au MIELS en tant qu'intervenant parc. Je resterai néanmoins impliqué ponctuellement dans l'organisme à titre d'intervenant à l'hébergement.

Apprendre à vous connaître tout au long de l'été a été pour moi un privilège. J'ai eu la chance de côtoyer des personnes extraordinaires qui m'ont fait vivre toutes sortes d'émotions, de remises en question et de petits bonheurs. Je vous remercie de votre accueil si chaleureux!

Au plaisir de se recroiser!

Guillaume Tardif

Message



Le camp positif au Lac vert : quelle semaine!

Sur un site enchanteur pendant sept jours où tout ce qu'il y a à faire est de se reposer et laisser passer le temps.

Pour les plus braves, la baignade, le canot, la chaloupe et même une compétition de canot gagnée par Jenny de Québec et son partenaire. Bravo Jenny! Pour les autres, plein d'activités plus relaxes dont la confection de bijoux, le tir à l'arc et des discussions. Le soir, le party Bal en blanc, le party pyjamas et sans oublier le feu de camp chaque soir avec des histoires jusque dans la nuit.

Robert B.

Groupes de pairs

Chers-es membres des communautés culturelles,

Voici notre suggestion pour notre activité du mois de septembre 2017 :

Un diner au restaurant « Buffet des Continents »

Où : 4250, 1^{re} Avenue, Suite 26, Galeries Charlesbourg

Quand : samedi 9 septembre à 11 h 30

Date limite d'inscription : mercredi 6 septembre à 16h00

***** réservation obligatoire *****

Cette rencontre nous permettra de faire la planification de nos sorties à venir.

Je partage avec vous la pensée du mois :

« Il faut agir en prenant pour guide non pas l'espoir mais la volonté. » Schopenhauer

Au plaisir de vous voir en grand nombre!



Normand Bilodeau
Intervenant « Entre-Pairs »
418 649-1720, p. 113
intervenantsprojets@miels.org

Resto
_nc

Groupes de pairs

Bonjour chers Aventuriers,

Ne soyez pas surpris de voir le Kayak proposé de nouveau car nous avons tellement aimé cela qu'on le remet pour le mois de septembre.

Kayak sur la rivière St-Charles

Quand : jeudi 7 septembre

Départ : 10h00 du MIELS_Québec

Repas : pique-nique (jeudi 14 septembre, départ 10 h 00 + pique-nique)

Plaisir et détente en toute sécurité! Pour une agréable sortie en canot ou en kayak, nous vous proposons la possibilité d'une évasion en rivière calme, au cœur d'un environnement naturel sur la magnifique et sauvage rivière Haute-Saint-Charles. Un site enchanteur empreint d'histoire et de découvertes.

Au plaisir de vous accueillir dans ce milieu pittoresque situé à seulement quelques minutes de Québec. Vous en serez ravis.

Je vous laisse avec la pensée du mois :

« Il ne sert à rien de chercher le bonheur hors de nous-même : celui-ci ne dépend que de ce que nous sommes. » Schopenhauer

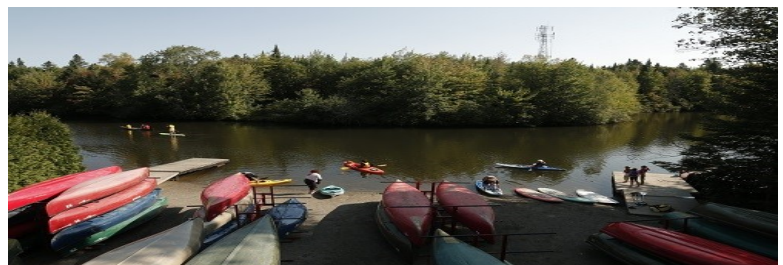
Au plaisir de vous revoir et de partager de bons moments ensemble.

Normand Bilodeau

Intervenant « Entre-Pairs »

418 649-1720, p. 113

intervenantprojets@miels.org



Moisson Québec

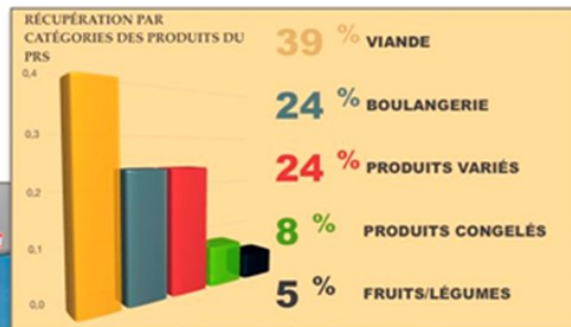
PROGRAMME DE RÉCUPÉRATION EN SUPERMARCHÉS (PRS)

Grâce à l'aide financière gouvernementale de 351 384 \$ octroyée via la société d'État RECYC-QUÉBEC, Moisson Québec va de l'avant avec le programme de récupération en supermarchés (PRS) dont l'objectif est la participation de 40 supermarchés de la région de Québec d'ici 1 an.



Pour notre banque alimentaire, le PRS est majeur puisqu'il assure des arrivages de produits de qualité et variés, tout en diminuant le gaspillage alimentaire. Né d'un projet-pilote, développé par Moisson Montréal en collaboration avec des détaillants en alimentation, le PRS permet entre autres la récupération de viande en supermarchés, pour les personnes en situation de pauvreté. Environ 836 000 kg de denrées, d'une valeur marchande approximative de 5 960 000 \$ pourraient être récupérées et redistribuées par la suite. Grâce au PRS, Moisson Québec pourra mieux répondre aux demandes des 128 organismes locaux offrant de l'aide alimentaire.

Merci à tous ceux qui contribuent aux avancées de ce programme : RECYC-QUÉBEC, les bannières Provigo, Maxi, Metro, Super C et IGA, Le Centre intégré universitaire de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale (CIUSSS), Banques alimentaires Canada (BAC), la Ville de Québec ainsi que Les Immeubles Y. Maheux Ltée.



Info-Prévention

PARVIS EN FÊTE

Le 13 août dernier, le MIELS-Québec était présent à cette fête du quartier Saint-Roch. Cela a été l'opportunité pour nous de discuter de santé sexuelle, de distribuer des condoms et de l'information concernant le VIH pour environ 65 personnes. Après une journée d'échange avec des personnes de tous les horizons, le constat est qu'il faut continuer de propager de l'information pour briser les préjugés et démystifier les différents aspects entourant le VIH comme la prévention, la médication, la transmission et le dévoilement.

En participant à une fête de quartier, on peut réellement comprendre à quel point celui-ci est en effervescence. Citoyens, commerces, organismes communautaires et entreprises se regroupent avec des raisons communes, c'est-à-dire une fierté pour leur quartier et leur envie de la partager. Au parvis en fête 2017 animations, gourmandises, musique et jeux étaient au rendez-vous pour le plus grand plaisir des citoyens de Québec et tout cela sous le thème rassembleur du partage des traditions.



FÊTE ARC-EN-CIEL

Notre prochaine présence sera à la Fête Arc-en-ciel sur la rue Saint-Jean le 2 et 3 septembre. Pendant ces deux jours de festivités, nous animerons des activités, ferons du dépistage et distribuerons des surprises. Cette fête est l'occasion, pour nous et des milliers de personnes, d'exprimer publiquement nos valeurs d'égalité et de justice, de réaffirmer nos droits, et de permettre à la population de côtoyer les membres de la diversité.

Les festivités se tiendront du 31 août au 3 septembre. Pour plus d'informations sur la programmation de la Fête Arc-en-ciel, nous vous invitons à visiter le site internet de l'évènement :

www.fetearcenciel.ca

Venez faire la fête avec nous!



Info-Prévention

Petit cours élémentaire sur la diversité de genre

Nous entendons de plus en plus parler de la diversité de genre sur les réseaux sociaux, à la télévision et dans les journaux. Malgré cela, comme avec le VIH, la société se montre parfois ignorante face à cette réalité qui touche pourtant plusieurs personnes. Voici alors l'occasion de vous informer et de comprendre d'avantage les enjeux qui entourent les réalités de genre.

D'une part, il existe une distinction entre le sexe et le genre. Il est important de bien maîtriser les deux concepts pour comprendre les enjeux de genre.

Sexe : Façon dont le corps d'une personne est fait, d'un point de vue biologique et physiologique (ex : cette personne a des organes génitaux mâles).

Genre : Façon dont une personne s'identifie et se positionne face aux caractéristiques subjectives attendues des hommes et des femmes dans notre société (ex : cette personne s'identifie au genre masculin, ce qui fait d'elle un homme). En d'autres mots, le genre désigne toutes les différences entre les hommes et les femmes sur le plan social.

Compte tenu de ce qui précède, la diversité de genre est un terme qui définit l'ensemble des personnes qui diffèrent les unes des autres par leur genre et par leur manière de l'exprimer, indépendamment de leur sexe. Une personne peut alors avoir des organes génitaux mâles et s'identifier au genre féminin.

Maintenant, parlons des personnes plus particulièrement concernées par la diversité de genre. En effet, certainEs, comme les personnes trans, non-binaires ou queer, accordent plus d'importance que la moyenne à leur genre et à leur manière de l'exprimer.

Personne trans : Personne pour laquelle le genre ne correspond pas à celui qui lui a été assigné à la naissance.

Personne non-binaire : Personne trans qui ne s'identifie pas au genre masculin ou féminin.

Transition : Processus que les personnes trans traversent pour affirmer leur genre. Pour certainEs, la transition signifie simplement de faire leur *coming out* auprès de leur entourage. D'autres vont avoir recours aux chirurgies de réassignation sexuelle ou à l'hormonothérapie. La transition est un processus personnel qui diffère énormément d'une personne à l'autre(*).

(*)ATTENTION! WARNING! ACHTUNG! Il importe de comprendre que toutes les personnes trans transitionnent et que la transition n'est pas nécessairement synonyme de chirurgies ou de prise de médicaments. Beaucoup de personnes trans n'ont pas recours à des démarches médicales pour affirmer leur genre. Aborder la transition comme étant un processus médical revient d'ailleurs à apparenter la transitude, ou le fait d'être trans, à une maladie.

Info-Prévention

Finalement, une autre thématique dont on entend de plus en plus parler est celle des personnes queer, qui peuvent être définies de deux façons. D'une part, le terme queer définit l'ensemble des personnes concernées par la diversité sexuelle et de genre, soit les personnes LGBTQ+. D'autre part, le terme a une vocation plus revendicatrice et définit les personnes qui militent contre les étiquettes binaires en les refusant dans leur vie et en choisissant une façon particulière d'affirmer leur genre pour susciter la réflexion.

Les étiquettes binaires sont des réalités sociales issues de la tradition qui définissent les rôles qu'occupent les hommes et les femmes dans la société (ex : les hommes au travail et les femmes au foyer). Ces construits sociaux subjectifs sont basés sur des stéréotypes et structurent de manière importante nos relations interpersonnelles. En plus d'être à l'origine de nombreuses problématiques de discrimination (transphobie, homophobie, misogynie et cie), ils peuvent être très lourds dans la vie des personnes trans, non-binaires et non-conformes dans le genre.

Pour terminer, voici les œuvres d'un artiste visuel queer vénézuélien; Daniel Arzola.



Traduction libre :

Le genre est un construit et seulement moi peux le construire
Si je ne me définis pas, ne me définissez pas non plus
Je suis ce que je ressens, pas ce que vous voyez

Hubert Pelletier-Picard
Intervenant HMS

Vieillessement

Le vieillissement et la santé mentale (3)

Comment faire face au deuil

En vieillissant, il est probable que vous soyez confronté plus souvent à la perte d'êtres chers. Il est important d'avoir recours aux stratégies suivantes pour mieux supporter votre chagrin:

- Ne niez pas vos sentiments. Quand vous perdez une personne chère, c'est comme si vous étiez affligé d'une blessure et la guérison demande du temps. Si vous ne vous donnez pas la permission de vivre le processus de deuil, vous ne faites qu'emmagasiner des sentiments négatifs qui devront être gérés plus tard.
- Acceptez la gamme d'émotions que vous allez ressentir. Les larmes, la colère et la culpabilité sont des réactions normales.
- Souvenez-vous de la personne décédée et parlez-en. Elle était une partie importante de votre vie. Votre chagrin diminuera mais vos souvenirs demeureront.
- Faites appel à votre famille et à vos amis pour qu'ils vous aident. Ils peuvent vous soutenir au cours de la période de deuil et vous aider à reprendre une nouvelle vie par la suite.
- Apportez votre soutien à ceux qui ont subi une perte. Tout comme vous, ils ont besoin de la chaleur et de l'attention que l'amitié peut apporter lorsqu'un décès survient.

Pour de plus amples renseignements

Si vous même ou une personne de votre entourage êtes préoccupés par le fait de vieillir, allez à la bibliothèque ou à la librairie de votre localité pour y consulter des livres qui pourront vous donner de précieux renseignements. De même, des professionnels se spécialisent dans les difficultés associées au vieillissement. Si vous désirez de plus amples renseignements sur les ressources disponibles dans votre région, communiquez avec un organisme communautaire comme l'Association canadienne pour la santé mentale, qui pourra vous aider à trouver de l'aide supplémentaire.

Référence : http://www.cmha.ca/fr/mental_health/1056/

Hébergement Marc-Simon

Pourquoi faire une demande d'hébergement ?

- Convalescence post-hospitalisation;
- Changement de médication (ex: début des ARV);
- Traitement hépatite C (en co-infection);
- Fatigue, perte de poids, symptômes dépressifs;
- Désir de se reprendre en main après une période de désorganisation.



Comment faire une demande d'hébergement ?

Adressez-vous à un intervenant du MIELS-Québec ou communiquez au : 418 649-1720 poste 222 ou 223



Au Plaisir de vous accompagner dans vos moments les plus difficiles ☺

L'équipe de l'Hébergement Marc-Simon (HMS)

Yvan Fortin, coordonnateur par intérim 418 649-1720, poste 222

Intervenante de jour
poste 223

Sarah-Maude Fournier, infirmière, poste 221

Liza-Nicole Bélanger, intervenante de soir
poste 223

Joani Hamelin, intervenante de nuit
poste 223

Richard Payant et Gilles Bisson
intervenants de fin de semaine, poste 223

Alyne Laflamme, Noémie Dubois-Comtois,
France Jolicoeur, Hubert Pelletier-Picard, et Gabrielle Poirier
intervenantEs sur appel

**** La présence d'un intervenant est assurée 24 heures/jour et 7 jours/semaine. Les soins sont supervisés par une infirmière.****

Groupe d'achats

LE GROUPE D'ACHAT AURA LIEU LE 11 septembre

L'heure de la prise de commande est de 13 h 30 à 14 h 30.

- Fromage
- Fruits de mer
- Mets préparés
- Poisson
- Viande



Important : La date limite pour la commande de juillet de la Baratte est le : 5 septembre.

Banque Alimentaire

L'ÉQUIPE DE BÉNÉVOLES VOUS ATTEND



Horaire :

La banque aura lieu les 18, 19, 20 et 21 septembre.

Entre 10 h 30 et 15 h 30.

Tarifs :

Personne seule : 11 \$ pour 30 \$ en bons d'achats
+ 25 \$ en denrées

Famille : 13 \$ pour 40 \$ en bons d'achats
+ 25 \$ en denrées



*Si vous ne pouvez pas vous présenter dans les plages horaires prévues, veuillez communiquer avec les bénévoles de la banque alimentaire au **poste 103.***



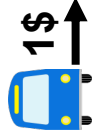
Mouvement d'information et d'entraide dans la lutte contre le VIH-Sida 625, Avenue Chouinard, Québec, G1S 3E3		WWW.MIELS.ORG Téléphone : 418 649-1720 Télécopieur : 418 649-1256	
Administration		Prévention	
Lyne L'Africain , directrice p.i., dgmiels@miels.org	203	Louis-David Bourque , coordonnateur, prevention@miels.org	209
Marie-Hélène Guay , adjointe administrative, adjdir@miels.org	208	Pier-Ann Roy , intervenante aux projets jeunesse (intérim), brigade@miels.org	204
Richard-Thomas Payant , agent technique Agent-tech@miels.org	150	Patrick Labbé , intervenant HARSAH, info@prisme.org	205
Entraide		Justine Bélanger , intervenante de milieu, intmilieu@miels.org	206
Sonia Blouin , coordonnatrice, maintien@miels.org	202	Sarah-Emmanuelle Gauthier , intervenante de milieu, Lutte à l'itinérance, Intmilieulogement@miels.org	210
Caroline Faucher , intervenante sociale (intérim), intpsycho@miels.org	213	Boromir Vallée Dore , responsable programmes HARSAH, programmes@miels.org	154
Normand Bilodeau , intervenant « Entre-Pairs » intervenantprojets@miels.org	113	Sarah-Maude Fournier Infirmière communautaire	221
Laurence De Angelis , intervenante « Entre-Pairs » intviecomm@miels.org	111	LIGNE INFO-VIH et rendez-vous pour un dépistage : 418 649-0788	271
Stéphanie Gagnon , cuisinière, cuisine@miels.org	112	Milieu de vie	
Comité des membres cdm@miels.org	114	Salle communautaire	151
Hébergement Marc-Simon		Cuisine	152
Kathy Dubé , coordonnatrice, Yvan Fortin , coordonnateur, (intérim) ams@miels.org	222	CACI (ordinateurs pour les membres)	153
		Moisson	104
Intervenants (HMS) , intervenantsams@miels.org	223	Banque alimentaire , Michel D.	103
Sidus Express		<i>N'hésitez pas à me soumettre vos commentaires et/ou suggestions. Merci!</i>	
Conception et mise en page : Laurence De Angelis			
Date de la prochaine tombée: 11 septembre 2017			



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

SEPTEMBRE 2017

SVP, apportez vos sacs pour vos denrées de la moisson et de la banque alimentaire.

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeu	Vendredi	Samedi
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
	FERMÉ Fête du travail 		MOISSON	5 à 7 de la RENTRÉE Groupe les Aventuriers		Gr. Comm. culturelles
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
	 1\$ BANQUE ALIMENTAIRE	BANQUE ALIMENTAIRE	BANQUE ALIMENTAIRE	BANQUE ALIMENTAIRE		
24	25	26	27	28	29	30
	 1\$		MOISSON	Diner communautaire		

 FÊTE ARC-EN-CIEL DE QUÉBEC
DU 31 AOÛT AU 3 SEPTEMBRE 2017

Développer une déclaration de consensus communautaire : mettre fin aux poursuites injustes pour non-divulgence du VIH
Séances de consultation : Nous vous proposons des possibilités de rencontres-échange par groupe de 10 à 15 personnes.
 Pour plus d'informations, voir en première page du Sidus ou contacter Yvan Fortin au poste 202.