

## MOT DE LA DIRECTION

### **De très joyeuses fêtes et une année 2013 à la hauteur de vos attentes !**

Comme toute fin d'année qui se respecte, c'est la période des bilans, histoire de pouvoir entreprendre 2013 avec optimisme ou encore, pour vider un peu les disques durs.

Sans aucune hésitation, je retiens de 2012 une kyrielle de bons coups, d'événements agréables et de rencontres inoubliables autant que fertiles. Il serait injuste de commencer à en dresser la liste parce que je risquerais d'en oublier et parce que ça prendrait tout le bulletin ! Je laisse à chacun de vous le soin de vous rappeler les moments particuliers de cette année.

Cette année a bien sûr porté son lot de difficultés. Mais c'est à cela aussi que peut servir un bilan, à arriver à tirer du positif d'événements plus pénibles. On dit aussi que c'est le début de la sagesse quand on y arrive. Eh bien, j'aspire très fort à la sagesse parce que ce n'est pas toujours facile de voir du beau et du positif dans la détresse, les départs, la maladie, les refus, le manque de temps, etc.

Mais voilà, MIELS-Québec s'appuie sur des dizaines de personnes, membres, bénévoles, employés et partenaires souvent bien différents les uns des autres. Le VIH-sida n'est peut-être pas une cause des plus sexy mais ceux et celles qui choisissent de s'y investir le font avec tout leur cœur et en mettant leurs compétences, quelles qu'elles soient, au service de cette cause.

En 2013, nous avons des défis à relever pour faire face aux différentes réalités des personnes de Québec qui vivent avec le VIH-sida, pour que le MIELS-Québec soit l'organisme de toutes et tous. C'est grâce à la solidarité et en sachant tirer profit des différences que nous amorçons 2013.

Thérèse

Celle qui a le privilège d'être directrice du MIELS-Québec



Ce numéro de janvier 2013

DIRECTION ET ADMINISTRATION	1
COIN DES LECTEURS	4
ENTRAIDE	5
PRÉVENTION	7
COORDONNÉES	8

Parution: 10e de la 21e année

## Politique d'aide matérielle et financière (PAMF)

Cette Politique se finance exclusivement grâce à l'implication des membres dans le succès de nos activités d'autofinancement.

En voici deux beaux exemples:



Merci à Michaël McCoubrey, administrateur du MIELS-Québec, et les bénévoles du club ForHom et du MIELS-Québec qui ont fait de cette première édition de la journée BAZAR au Club ForHom un succès. Les différentes activités ont permis d'amasser 1500\$ pour la PAMF. Merci également à nos commanditaires: ASCG, Sauna Bloc 225, Fugues, DomaHom, IGA Deschênes. C'est un rendez-vous à l'Action de grâce 2013 pour une 2e édition de l'activité BAZAR.

Merci à Janic Dubé, représentante de la Fondation du Groupe Perrault, Dubé, Villeneuve, pharmaciens pour le don de 2000\$ qui a contribué à l'acquisition du nouveau lave-vaisselle. L'an dernier, cette entreprise avait remis un montant de 1500\$ pour l'achat du téléviseur que l'on retrouve dans le salon Hospitalité Guy-Moreau.



*Et, Merci à nos nombreux bénévoles qui s'impliquent et rendent ainsi possible le maintien de la PAMF.*

## Financement de la PAMF



Une œuvre de l'artiste **CLAUDE MARTIN** créée lors d'un événement tenu à la **Galerie DomaHom** le **24 novembre 2012**. Il s'agit d'une toile de **24 X 36 pouces** peinte à partir d'une photo de **Nicole Kidman**.

L'œuvre fait l'objet d'un tirage dont **80 % des revenus** seront versés au **MIELS-Québec** pour la **PAMF**.

Les billets sont en vente au coût de **5 \$** au **Club ForHom** ou au **MIELS-Québec** (voir **Thérèse**)

*Nous sommes présentement à la recherche de quelqu'un pour le **PROJET PAAS-ACTION***  
Entretien extérieur et intérieur

### Description des tâches :

- ◆ Veillez à l'entretien extérieur, tondre le gazon, ramasser les feuilles
- ◆ Veillez à l'entretien ménager des locaux du MIELS-Québec, selon une liste de tâches préétablie. Voici quelques exemples :entretien des planchers dans les espaces communs (salon, salle à manger, corridor, cuisinette) nettoyer les 4 salles de bain chaque jour.
- ◆ Toutes autres tâches demandées.

**Nombre d'heure par semaine** : 15 heures

**Conditions d'emploi** : Le prestataire du projet PAAS-ACTION reçoit 130\$ par mois (en plus de sa prestation d'aide social) et un laissez-passer mensuel du RTC

**Début de l'emploi** : Le plus rapidement possible

Les personnes intéressées doivent être admissibles à un projet PAAS- ACTION d'Emploi-Québec. Il faut d'abord contacter votre agent pour connaître votre admissibilité.

Les personnes intéressées à poser leur candidature peuvent remettre une lettre de motivation ou leur curriculum vitae à Sonia Blouin.

## BRUNCH DE NOËL

Venez partager un magnifique moment entre les membres et leurs familles, le **28 décembre 2012 de 11h00 à 14h00**. Le coût est de 5\$ par personne, 8\$ pour un invité et 10\$ par famille.

L'inscription est obligatoire avant le 21 décembre auprès de Isabelle au poste 111.





## Le test des 3 passoires

Socrate avait, dans la Grèce antique, une haute opinion de la sagesse. Quelqu'un vient un jour trouver le grand philosophe et lui dit : « Sais-tu ce que je viens d'apprendre sur ton ami ? »

- Un instant, répondit Socrate. Avant que tu me racontes, j'aimerais te faire passer un test, celui des 3 passoires :

- Les 3 passoires ?

- Mais oui, reprit Socrate. Avant de me raconter toutes sortes de choses sur les autres, il est bon de prendre le temps de filtrer ce que l'on aimerait dire. C'est ce que j'appelle le test des 3 passoires. La première passoire est celle de la vérité. As-tu vérifié si ce que tu veux me dire est vrai ?

- Non. J'en ai simplement entendu parler...

-Très bien. Tu ne sais donc pas si c'est la vérité.

- Essayons de filtrer autrement en utilisant une deuxième passoire, celle de la bonté. Ce que tu veux m'apprendre sur mon ami, est-ce quelque chose de bon ?

- Ah non ! Au contraire.

- Donc, continua Socrate, tu veux me raconter de mauvaises choses sur lui et tu n'es même pas certain si elles sont vraies. Tu peux peut-être encore passer le test, car il reste une passoire, celle de l'utilité. Est-il utile que tu m'apprennes ce que mon ami aurait fait ?

- Non. Pas vraiment.

- Alors, conclut Socrate, si ce que tu as à me raconter n'est ni vrai, ni bien, ni utile, pourquoi vouloir me le dire ? »

*Une personne se découvre utile quand elle se sent libre d'investir son talent, à sa manière, au service d'une cause ou bien des gens qu'elle aime. Parfois, ce sera le don total de soi-même sans attendre rien en retour, même pas de remerciement, mais en toute lucidité. On n'a jamais rien donné tant qu'on a pas donné de soi-même.*



*Une pensée partagée par votre Président Donald Carreau*

# ACTIVITÉ - GROUPE DE FEMMES



Visite du Musée du Chocolat et fabrication de Truffes  
**Samedi, 26 janvier, de 10h30 à 14h.**

Joignez-vous à nous pour une belle journée entre femmes. Après avoir fait une petite visite au musée du chocolat sur la rue St-Jean, un petit dîner sera partagé à MIELS. Ensuite, nous ferons la confection de truffes maison. Peu importe si vous avez des talents ou de l'expérience dans ce domaine, le but est d'avoir du plaisir, d'être ensemble et de s'offrir des petites douceurs. Bienvenue à toutes !

**Réservation obligatoire dans le cartable des activités.**

**Rendez-vous directement chez Érico, situé au 634, rue Saint-Jean**



## GROUPE D'HOMMES AVEC UN VÉCU VIH DE 15 ANS ET PLUS

Nous vous suggérons une rencontre pour faire la planification du calendrier des activités du mois de janvier au mois de mars inclusivement. Faites-moi part de vos disponibilités afin que je puisse organiser cette rencontre. Je vous propose un souper 5 à 7 au MIELS, **mercredi 9 janvier 2013**. Si vous ne pouvez être présent, il serait important de me faire part des activités qui vous tiennent à cœur durant cette période afin que je puisse les suggérer aux autres membres. Je vous rappelle que nous avons un concours d'organisé pour le choix d'un nouveau nom de groupe. Le choix du gagnant se fera au souper.

Prenez bien soins de vous. Au plaisir de vous revoir en ce début de nouvelle année.

Mes meilleurs vœux vous accompagnent.

Normand

*Joyeux Noël Et Bonne Année 2013*



**SINCÈRE MERCI!**

**LA GRANDE GUIGNOLÉE DES MÉDIAS**  
A PERMIS DE RÉCOLTER JUSQU'À MAINTENANT PLUS DE

**341 450\$**  
EN ARGENT ET EN DENRÉES.

**VOTRE PARTICIPATION A FAIT TOUTE LA DIFFÉRENCE!**

NOUS PROFITONS DE L'OCCASION POUR VOUS SOUHAITER UN  
**JOYEUX TEMPS DES FÊTES!**

L'ÉQUIPE DE MOISSON QUÉBEC

Le 6 décembre dernier, une équipe de bénévoles du MIELS-Québec a participé à la Grande Guignolée des Médias. Ils étaient situés sur le traversier Québec-Lévis et ils ont amassé 1068\$. Bravo!!

## BANQUE ALIMENTAIRE

La banque alimentaire de janvier aura lieu du **lundi 21 au jeudi 24** inclusivement, de 10h30 à 15h30. Ce sera un mois avec un **bon supplémentaire**; le coût sera donc de 11\$ pour un achat de 25\$ en denrées et 30\$ en bons d'achats. Pour les familles, le coût sera de 13\$ pour un achat de 25\$ en denrées et de 40\$ en bons d'achats. Si vous ne pouvez vous présenter dans le cadre de l'horaire indiqué, vous devez obligatoirement prendre une entente avec le responsable, Michel Desgagnés, avant 15h30 le dernier jour de la banque au 418-649-1720 au poste 103.

Rappel : Vous pouvez aussi payer à l'avance au début du mois en payant votre contribution auprès de l'adjointe administrative, Patricia Coca.

Le comité de la banque alimentaire.

Le party de Noël des membres a eu lieu lundi le 10 décembre dernier. Nous avons eu une très belle participation malgré la température hivernale. Un merci tout spécial aux bénévoles et employés qui ont travaillé fort pour rendre cette soirée mémorable. Nous avons eu droit à un succulent buffet, à de beaux cadeaux ainsi qu'à un super spectacle animé avec brio par l'excellente Chouchoune! Un grand merci également au bar Le DRAGUE pour nous avoir accueilli encore cette année.



## Notre prochaine campagne de financement pour la PAMF aura lieu bientôt !

Je parle ici de la vente de la Bougie du Carnaval qui aura lieu principalement la fin de semaine du 18 au 20 janvier 2013. Pour atteindre nos objectifs de vente et obtenir un financement adéquat pour la PAMF, environ 35 bénévoles seront requis.



En général les besoins seront :

- **Vente à l'entrée de plusieurs commerces du secteur Vanier** (Canadian Tire, Place Fleur de Lys, Restaurant St-Hubert, etc) :

Vendredi 18 janvier de 09h00 à 21h00 ;

Samedi 19 janvier de 09h00 à 17h00 ; et

Dimanche 20 janvier de 09h00 à 17h00.

- **Vente avant le match des Remparts de Québec** (19h00, les Mooseheads de Halifax visitent les Remparts de Québec au Colisée Pepsi)

Vendredi 18 janvier de 18h30 à 21h00 (6 bénévoles) au Colisée Pepsi

- **Sorties promotionnelles**

Événement où Bonhomme ainsi qu'une équipe d'agents promotionnels se déplacent pour vendre la Bougie dans des commerces ciblés et dont les recettes des ventes de cette activité sont remises à l'organisme du secteur. Deux équipes de 3 bénévoles qui précéderont les sorties de Bonhomme dans les commerces et les restaurants selon l'horaire établi.

Afin de planifier notre horaire nous vous invitons à communiquer vos disponibilités à Yvan Fortin, coordonnateur du secteur Prévention au 418-649-1720 poste 209 ou [prevention@miels.org](mailto:prevention@miels.org)

Les bénévoles ne seront pas identifiés au MIELS-Québec. Comme il s'agit de la 55e édition de la vente de la Bougie du Carnaval, le public réagit généralement positivement et l'ambiance est vraiment agréable. Nous vous invitons donc à vous joindre à nous en grand nombre !

### L'équipe de la prévention est là pour vous!

Vanessa, Kathy, Pier-Luc, Maryane, Priscilla et Yvan tenons à vous rappeler que vous êtes toujours les bienvenus à faire appel à nous.

Vanessa	Kathy	Pier-Luc	Maryane	Priscilla	Yvan
Int. logement	Int. milieu	Int. HARSAH	Int. jeunesse	Int. stagiaire	Coordo

Que ce soit pour échanger et obtenir de l'aide au sujet de la sexualité, de la communication dans les relations, des couples sérodifférents, du dépistage des ITSS, des modes de transmission (VIH et ITSS) et du sécurisexe, des condoms et du lubrifiant, des difficultés liées au logement ou pour les possibilités de s'impliquer dans la prévention, n'hésitez pas à venir nous rencontrer.

Il nous fera toujours plaisir de vous accueillir et de vous appuyer.

<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>

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

<b>Prévention et liaisons avec les communautés</b>	<b>poste et courriel</b>
YVAN FORTIN Coordonnateur	<b>209</b> <b>PREVENTION@</b>
MARYANE TREMBLAY Intervenant PROJETS JEUNESSE + LATEX MUR À MUR	<b>204</b> <b>BRIGADE@</b>
PIER-LUC CHOINARD INTERVENANT HARSAH	<b>205</b> <b><u>INFO @PRISME.ORG</u></b>
KATHY DUBÉ Intervenante de milieu	<b>206</b> <b>INTMILIEU@</b>
PRISCILLA LÉGARÉ JOBIN Intervenante Stagièrè	<b>207</b> <b>STAGEPREVENTION@</b>
VANESSA FRADETTE Intervenante de milieu-logement	<b>224</b> <b>INTMILIEULOGE@</b>

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

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

<b>Hébergement Marc-Simon</b>	<b>poste et courriel</b>
CAROLINE FAUCHER Coordonnatrice	<b>222</b> <b>AMS@</b>
MICHELLE BLOUIN Infirmière communautaire	<b>221 ou 102</b>
INTERVENANTS HMS	<b>223</b>

<b>Entraide</b>	<b>poste et courriel</b>
SONIA BLOUIN Coordonnatrice	<b>202</b> <b>MAINTIEN@</b>
LOUIS-DAVID BOURQUE Intervenant social	<b>213</b> <b>INTPSYCHO@</b>
ISABELLE BOUDREAU Intervenante communautaire	<b>111</b> <b>INTVIECOMM@</b>
KARINE GAGNÉ-LAFERRIÈRE Responsable PROJETS ALIMENTAIRES	<b>112</b> <b>CUISINE@</b>
GILLES BISSON PAMF (Aide à la médication)	<b>150</b> <b>PAMF@</b>
JESSIE GRAVEL STAGIAIRE ENTRAIDE	<b>154</b> <b>STAGIAIREENTRAIDE@</b>
NORMAND BILODEAU Intervenant PROJETS	<b>113</b> <b>INTERVENANTPROJETS@</b>

**PROCHAINE DATE DE TOMBÉE:**  
**21 JANVIER 2013**