

# SIDUS Express

Mars 2017



## Antirétroviraux et prévention

Depuis 2009, les recherches, les unes après les autres, démontrent qu'une personne séropositive au VIH dont la charge virale est indétectable ne peut transmettre le virus. Le moyen le plus sûr de conserver une telle charge virale est la prise d'anti-rétroviraux (ARV) de façon adéquate.

Si certains ont longtemps hésité à propager cette bonne nouvelle, c'est de moins en moins le cas. Bien sûr, le risque zéro n'existe pas, la prise de médication doit être régulière, les suivis médicaux également, mais...ça marche !

Chaque personne vivant avec le VIH a le choix de prendre des ARV ou non. La prévention de la transmission peut représenter un motif important, mais c'est d'abord une question de santé pour la personne. Il ne faut donc pas hésiter à poser des questions pour prendre une décision éclairée.

Avec la démonstration que les ARV représentent un très bon moyen de prévention, souhaitons que les Tribunaux en prendront actes rapidement pour ajuster les charges portées contre les personnes qui ne dévoilent pas leur statut sérologique, même si elles ne présentent pas de risque sérieux de transmission du VIH. Souhaitons qu'avec ces informations, les collègues de travail, les différents milieux de soins, les proches et autres auront moins de craintes.

Un autre pas pour la lutte à la stigmatisation des personnes vivant avec le VIH-sida.

Thérèse Richer

<b>À lire ce mois-ci:</b>	<b>Page</b>
<b>Mot de la directrice:</b> Antirétroviraux et prévention	<b>1</b>
<b>Index</b>	<b>2</b>
<b>Actualité :</b> Santé Canada autorise trois nouveaux sites de consommation supervisée à Montréal.	<b>3-4</b>
<b>Actualité :</b> La prévention positive	<b>5</b>
<b>Activité :</b> Village Vacances Valcartier Centre hiver	<b>6</b>
<b>Prévention :</b> Horaire 2017 de dépistage	<b>7</b>
<b>Ma ville :</b> Coupe du monde FIS de ski de fond 2017	<b>8</b>
<b>Groupes de pairs :</b> Groupe de femmes	<b>8</b>
<b>Groupes de pairs :</b> Groupe Aventuriers	<b>9</b>
<b>Viellissement :</b> La dépression chez les adultes plus âgés — Vous n'êtes pas seul! (3)	<b>10</b>
<b>Hébergement Marc-Simon</b>	<b>11</b>
<b>Groupe d'achats</b>	<b>12</b>
<b>Banque alimentaire</b>	<b>12</b>
<b>Répertoire des départements et fonctions</b>	<b>13</b>
<b>Calendrier:</b> Mars 2017	<b>14</b>

# ACTUALITÉ

## Santé Canada autorise trois nouveaux sites de consommation supervisée à Montréal.

6 février 2017 - Ottawa (Ontario) - Gouvernement du Canada

Le gouvernement du Canada est résolu à faire sa part pour endiguer la crise de santé publique liée à des surdoses et des décès attribuables aux opioïdes. L'approche que nous employons doit être globale, collaborative, humaniste et fondée sur des données probantes.

Certaines collectivités canadiennes ont décidé que les sites de consommation supervisée étaient un outil qui convient à leur réalité. Dans ces sites, il est possible de consommer des drogues sous la supervision d'un personnel qualifié pouvant offrir un traitement immédiat en cas de surdose. Ces établissements fournissent de l'équipement stérile, de l'information à propos des drogues et des soins de santé de base ainsi qu'un aiguillage vers des services de traitement. Dans la majorité des cas, ils proposent aussi un accès à d'autres services de soins de santé. Les sites de consommation supervisée ont donné des résultats positifs au Canada ainsi que dans d'autres pays. La transmission de maladies et les décès par surdose diminuent, de même que les infections, les visites aux urgences et les hospitalisations associées à la consommation de drogues injectables.

Les données probantes canadiennes et internationales révèlent que les sites de consommation supervisée, lorsqu'ils sont bien gérés, peuvent sauver des vies sans qu'il n'y ait d'augmentation de la consommation de drogues ou de la criminalité dans les environs.

Aujourd'hui, Santé Canada a approuvé une demande du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal pour la mise sur pied de trois sites de consommation supervisée fixes à Montréal. Une fois mis sur pied et opérationnels, les trois sites seront situés à Hochelaga-Maisonneuve et Ville-Marie. Le CIUSSS a demandé à Santé Canada des exemptions en vertu de la *Loi réglementant certaines drogues et autres substances* pour assurer le fonctionnement des trois sites. La *Loi* définit le cadre législatif pour la réglementation des substances qui peuvent modifier les processus mentaux et présenter des risques si elles sont détournées ou mal utilisées. Les sites de consommation supervisée doivent détenir une exemption en vertu de la *Loi réglementant certaines drogues et autres substances* pour assurer le respect des exigences en matière de santé et de sécurité.

# ACTUALITÉ

Dans le contexte de notre engagement à l'égard d'une stratégie sur les drogues globale pour le Canada, l'honorable Ralph Goodale, ministre de la Sécurité publique, et moi avons présenté en décembre 2016 des modifications à la *Loi réglementant certaines drogues et autres substances* et à d'autres lois. En plus de l'ajout de nouvelles mesures d'application, notamment le retrait de l'exception actuelle selon laquelle les agents des services frontaliers ne peuvent ouvrir que le courrier pesant plus de 30 grammes et la réglementation des presses à comprimés illégales, ces modifications abrogeraient l'ancien régime législatif lourd pour l'établissement de sites de consommation supervisée. Ces modifications simplifient le processus de présentation de demandes en le rendant conforme aux cinq facteurs établis par la Cour suprême du Canada, à savoir :

- l'incidence d'un tel site sur le taux de criminalité;
- les besoins locaux justifiant la création d'un tel lieu;
- la structure réglementaire en place permettant d'encadrer le site;
- les ressources disponibles pour assurer l'entretien du site;
- les expressions d'appui ou d'opposition de la communauté.

Dans la foulée de ces modifications législatives, notre gouvernement poursuit sa collaboration avec les agents frontaliers et les autres administrations pour freiner l'entrée de substances illicites au Canada.

C'est en travaillant avec nos partenaires de partout au pays - provinces, municipalités, professionnels de la santé et premiers intervenants - que nous arriverons à renverser le cours de cette crise.

L'honorable Jane Philpott, C.P., députée

Source : <http://nouvelles.gc.ca/web/article-fr.do?nid=1185959&tp=980>

# ACTUALITÉ

## La prévention « positive »

La « prévention positive » est une stratégie qui vise à freiner la propagation du VIH en faisant participer les personnes séropositives aux activités de prévention. Elle s'inspire des expériences des personnes séropositives et des nombreuses années de réflexion qu'elles ont consacrées à cette question. Dans ce chapitre, nous faisons un survol du concept de prévention positive et proposons des moyens pratiques de la rendre utile aux personnes vivant avec le VIH.

### Qu'est-ce que la prévention positive?

La prévention positive est une stratégie visant la réduction de la transmission du VIH qui a été conçue spécifiquement à l'intention des personnes vivant avec ce virus. Pendant de très nombreuses années, les campagnes de prévention visaient principalement les personnes séronégatives et soulignaient surtout les mesures que celles-ci devaient prendre pour se protéger contre l'infection par le VIH. Cette approche négligeait cependant la contribution que les personnes séropositives pouvaient faire à la prévention du VIH.

### Ressources sur la prévention positive

En 2000, la British Columbia Persons With AIDS Society (qui porte maintenant le nom de [Positive Living Society](#)) a commencé à s'intéresser à la question de la prévention positive.

Vers le même moment aux États-Unis, la National Association of People with AIDS (NAPWA) a établi une liste de principes en matière de prévention positive.

L'Ontario Poz Prevention Working Group (groupe de travail ontarien sur la prévention positive) de la Gay Men's Sexual Health Alliance a publié *Positif et en santé*, un guide sur la sexualité saine destiné aux hommes gais vivant avec le VIH.

La prévention positive englobe les mesures que nous, personnes séropositives, pouvons prendre pour assumer notre part de responsabilité pour prévenir la transmission du VIH au sein de la collectivité. En termes pratiques, il s'agit de bien prendre soin de nous et des personnes avec qui nous avons des contacts intimes. La prévention positive repose également sur la mise sur pied de services de soutien qui nous permettront d'assumer nos responsabilités dans ce dossier pour le reste de nos jours.

La prévention positive vise à :

- Accroître le pouvoir personnel des personnes vivant avec le VIH (PVVIH) et des personnes avec qui elles ont des relations sexuelles.
- Promouvoir des relations saines entre les partenaires sexuels, séropositifs ou non.
- Améliorer les conditions aptes à assurer une bonne santé sexuelle aux PVVIH.

Réduire les risques de transmission du VIH et d'autres infections transmissibles sexuellement (ITS).

---

*Pour en savoir plus visitez le site de CATIE.*

Source : <http://www.catie.ca/fr/guides-pratiques/vous-et-votre-sante/8#definition>

# ACTIVITÉ

## ACTIVITÉ D'HIVER

### SORTIE AU VILLAGE VACANCES VALCARTIER CENTRE HIVER

**Vous avez voté! Cette année encore nous irons glisser et nous amuser dans la neige au Centre Hiver du Village Vacances Valcartier!**

**Quand :** 18 mars 2017

**Où :** Village Vacances Valcartier

**Coût :** 5 \$ / personne  
10 \$ / invité (max. 1 invité)

**Départ :** 9h15 de MIELS-Québec

**Retour :** 16h du Village Vacances



Le départ se fera en autobus au MIELS-Québec, il est donc important d'arriver à l'avance pour ne pas manquer celui-ci!

Le prix de l'activité inclut : L'entrée pour la journée au Centre hiver, un repas ainsi que le transport en autobus. Il s'agit d'un prix fixe même si vous vous rendez sur les lieux par vos propres moyens.

Merci de confirmer votre présence dans le cartable rouge, par courriel ou par téléphone. Le paiement doit être fait avant le 18 mars!

**Patrick Labbé**  
Animateur à la vie communautaire  
418-649-1720 poste 111  
intviecomm@miels.org



# PRÉVENTION

## Le saviez-vous?

MIELS-Québec en collaboration avec la clinique SIDEp du CLSC Haute-Ville offre des séances de dépistage dans différents milieux partenaires.

Nous offrons un dépistage complet des ITSS et ce gratuitement, de façon anonyme et confidentielle.

Il est à noter que ces dépistages sont sans réservation et que vous ne devez pas avoir uriné ou éjaculé une heure avant le dépistage.

Voici donc notre calendrier de dépistage pour l'année 2017:

SÉANCES DE DÉPISTAGE & VACCINATION			SÉANCES DE DÉPISTAGE & VACCINATION			SÉANCES DE DÉPISTAGE & VACCINATION		
<b>JANVIER</b>			<b>MAI</b>			<b>SEPTEMBRE</b>		
<i>Club ForHom</i>	Jeu. 12 janvier	19H00 à 22H00	<i>Sauna Hippocampe</i>	Jeu. 4 mai	17H00 à 20H00	<i>Sauna Hippocampe</i>	Jeu. 31 août	17H00 à 20H00
<i>Sauna Backboys</i>	Jeu. 19 janvier	20H00 à 23H00	<i>Club ForHom</i>	Jeu. 11 mai	19H00 à 22H00	<b>Fête arc-en-ciel</b>		
<i>Bar le Drague</i>	Merc. 25 janvier	21H00 à 24H00	<i>Sauna Backboys</i>	Jeu. 18 mai	20H00 à 23H00	<b>Bar le Drague les 2 et 3 septembre</b>		
			<i>Bar Le Drague</i>	Merc. 24 mai	21H00 à 24H00	<b>Samedi : 12h15 à 18h00 ; Dimanche : 13h00 à 17h00</b>		
<b>FÉVRIER</b>			<b>JUIN</b>			<i>Club ForHom</i>	Jeu. 7 septembre	19H00 à 22H00
<i>Sauna Hippocampe</i>	Jeu. 2 février	17H00 à 20H00	<i>Sauna Hippocampe</i>	Jeu. 1 juin	17H00 à 20H00	<i>Sauna Backboys</i>	Jeu. 14 septembre	20H00 à 23H00
<i>Club ForHom</i>	Jeu. 9 février	19H00 à 22H00	<i>Club ForHom</i>	Jeu. 8 juin	19H00 à 22H00	<i>Bar le Drague</i>	Merc. 20 septembre	21H00 à 24H00
<i>Sauna Backboy</i>	Jeu. 16 février	20H00 à 23H00	<i>Sauna Backboys</i>	Jeu. 15 juin	20h00 à 23h00	<b>OCTOBRE</b>		
<i>Bar Le drague</i>	Merc. 22 février	21H00 à 24H00	<i>Bar Le Drague</i>	Merc. 21 juin	21H00 à 24H00	<i>Sauna Hippocampe</i>	Jeu. 5 octobre	17H00 à 20H00
<b>MARS</b>			<b>JUILLET</b>			<i>Club ForHom</i>	Jeu. 12 octobre	19H00 à 22H00
<i>Sauna Hippocampe</i>	Jeu. 2 mars	17H00 à 20H00	<i>Sauna Hippocampe</i>	Jeu. 6 juillet	17H00 à 20H00	<i>Sauna Backboy</i>	Jeu. 19 octobre	20H00 à 23H00
<i>Club ForHom</i>	Jeu. 9 mars	19H00 à 22H00	<i>Club ForHom</i>	Jeu. 13 juillet	19H00 à 22H00	<i>Bar Le Drague</i>	Merc. 25 octobre	21H00 à 24H00
<i>Sauna Backboys</i>	Jeu. 16 mars	20H00 à 23H00	<i>Sauna Backboys</i>	Jeu. 20 juillet	20H00 à 23H00	<b>NOVEMBRE</b>		
<i>Bar Le Drague</i>	Merc. 22 mars	21H00 à 24H00	<i>Bar le Drague</i>	Merc. 26 juillet	21H00 à 24H00	<i>Sauna Hippocampe</i>	Jeu. 2 novembre	17H00 à 20H00
<b>AVRIL</b>			<b>AOÛT</b>			<i>Club ForHom</i>	Jeu. 9 novembre	19H00 à 22H00
<i>Sauna Hippocampe</i>	Jeu. 6 avril	17H00 à 20H00	<i>Sauna Hippocampe</i>	Jeu. 3 août	17H00 à 20H00	<i>Sauna Backboys</i>	Jeu. 16 novembre	20H00 à 23H00
<i>Club ForHom</i>	Jeu. 13 avril	19H00 à 22H00	<i>Club ForHom</i>	Jeu. 10 août	19H00 à 22H00	<i>Bar le Drague</i>	Merc. 22 novembre	21H00 à 24H00
<i>Sauna Backboys</i>	Jeu. 20 avril	20H00 à 23H00	<i>Sauna Backboys</i>	Jeu. 17 août	20H00 à 23H00	<b>DÉCEMBRE</b>		
<i>Bar Le Drague</i>	Merc. 26 avril	21h00 à 24h00	<i>Bar le Drague</i>	Merc. 23 août	21H00 à 24H00	<i>Sauna Hippocampe</i>	Jeu. 29 novembre	17H00 à 20H00
						<i>Sauna Backboys</i>	Jeu. 7 décembre	20H00 à 23H00
						<i>Bar Le Drague</i>	Merc. 13 décembre	21H00 à 24H00
<b>Dépistage - MIELS-Québec</b> (418) 649-1720 option 2			<b>Dépistage - SIDEp</b> (418) 683-ITSS (4877)			<b>INFO-VIH - Lun. au Ven. de 8h30 à 16h30</b> (418) 649-0788		

# MA VILLE

## Que ce passe-t-il en mars à Québec?

C'est officiel! Du 17 au 19 mars aura lieu la Coupe du monde FIS de ski de fond 2017!

L'événement aura lieu sur le site historique des plaines d'Abraham.

Lors du long weekend de compétitions, trois épreuves seront au programme de l'événement, en débutant par un sprint style libre le vendredi 17 mars, suivi d'un départ de masse (10-15km) en classique le samedi 18 mars et d'une poursuite style libre (10-15km) le dimanche 19 mars.



Ce sont plus de 150 athlètes provenant de 20 pays qui seront de retour à Québec dans le cadre de cet événement.

# Groupes de pairs

## BONJOUR GROUPE DE FEMMES!

Afin de réchauffer nos papilles en cette fin d'hiver, nous irons dîner au **Téquila Lounge**, un charmant restaurant **mexicain**.

**Où** : 643 rue St-Joseph Est

**Quand** : lundi 13 mars

**Heure** : 12h00

**Coût** : 3\$



Vous êtes toutes les bienvenues!

Veuillez svp me confirmer votre présence avant le 8 mars.

**Laurence De Angelis**

(remplacement temporaire de Marilyn)

418-649-1720, poste 213

intpsycho@miels.org



# Groupes de pairs

**Cher Aventuriers,**

Voici notre suggestion pour l'activité du mois de mars 2017.

Un diner- brunch au restaurant « Buffet des Continents » le samedi 11 ou 18 mars à 11h30.



Vous devez confirmer votre présence pour la réservation des tables auprès de Michel D. au poste 103.

Je serai en vacances durant le mois de mars 2017. Je vous souhaite une agréable sortie. Nous tenons à remercier Michel D. qui sera l'organisateur de cette sortie. Vous devez donc lui confirmer votre présence pour cette activité.

Le coût de l'activité sera déterminé selon le même principe que l'an passé. Une partie de la facture du repas sera assumée selon le montant d'argent qu'il nous reste dans le budget du Gr. Aventuriers de l'année 2016 et la seconde partie de la facture sera divisée parmi les participants qui seront présents au repas. Je crois qu'il serait raisonnable de penser que cette activité pourrait vous coûter autour de 10 \$ par personne + votre transport.

**Je partage avec vous la pensée du mois :**

*"Le progrès est impossible sans changement. Ceux qui ne peuvent jamais changer d'avis, ne peuvent ni changer le monde, ni se changer eux-mêmes."*

- Georges Bernard Shaw

Au plaisir de vous revoir en avril, prenez bien soins de vous.

**Normand Bilodeau**

Intervenant projets

418-649-1720 poste 113

intervenantsprojets@miels.org

# Vieillissement

## La dépression chez les adultes plus âgés — Vous n’êtes pas seul! (3)

### Comment la dépression est-elle traitée?

Il y a de nombreuses façons de traiter la dépression. Le recours à quelques traitements différents produit de meilleurs résultats. Votre fournisseur de soins de santé peut vous en expliquer les pour et les contres et vous aider à choisir les meilleures options.

#### 1. Soutien pour la santé et la vie sociale

Les changements, même les plus petits, peuvent vous remonter le moral. Renseignez-vous davantage sur la dépression, joignez-vous à des groupes de soutien ou à des activités dans votre communauté, faites de l’exercice et mangez bien.

#### 2. Counseling et psychothérapie

Bon nombre de personnes trouvent utile de parler de leurs sentiments. Le counseling peut vous aider à comprendre vos pensées et vos émotions. Les experts peuvent aussi vous aider à trouver des façons de mieux vous sentir. Votre fournisseur de soins de santé peut suggérer des options adaptées à vos besoins.

#### 3. Médicaments

Au besoin, votre médecin prescrira des médicaments (antidépresseurs) pour traiter votre dépression. De nombreuses options sont offertes. En sachant à quel point votre dépression est grave ou en connaissant les autres médicaments que vous prenez, votre médecin sera en mesure de choisir le bon médicament pour vous.

#### Faits sur les antidépresseurs :

- Ils produisent des résultats optimaux quand on les prend tous les jours, de la façon prescrite.
- Ils ne créent pas de dépendance.
- Il faut devoir compter de 4 à 6 semaines de traitement pour commencer à se sentir mieux.
- Certains ont des effets secondaires, mais la majorité d’entre eux peuvent être gérés et réglés.
- Même si vous vous sentez mieux, ou si les effets secondaires persistent, parlez à votre médecin ou à votre pharmacien avant d’arrêter de prendre vos médicaments ou d’en changer la dose. Ces experts peuvent vous aider à éviter la réapparition des signes de dépression et à en réduire les effets secondaires.

Référence : <http://www1.shoppersdrugmart.ca/fr/health-and-pharmacy/health/la-depression-chez-les-adultes-plus-ages-vous-netes-pas-seul/63892/3>

# 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.

*Repose toi bien*



## 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)

**Kathy Dubé, Coordonnatrice par intérim 418-649-1720 poste 222**

**Caroline Faucher, Intervenante de jour Poste 223**

**Suzanne Blais et Chantale Labbé, infirmières, 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 13 MARS

L'heure de la prise de commande est de 13h30 à 14h30.

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



Important : La prochaine date limite pour la commande de La Baratte est le: **27 mars**

# Banque Alimentaire

L'ÉQUIPE DE BÉNÉVOLES VOUS ATTEND



### Horaire d'automne:

La banque aura lieu le 20,21,22 et 23 mars  
Entre 10h30 et 15h30.

### Tarifs depuis juin:

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

Famille: 13\$, 40\$ 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**.*

<b>Mouvement d'information et d'entraide dans la lutte contre le VIH-Sida</b> 625, Avenue Chouinard, Québec Qc G1S 3E3		Téléphone.: (418) 649-1720 Télécopieur.: (418) 649-1256 Internet: WWW.MIELS.ORG @: couriel @MIELS.ORG	
<b>Administration</b>		<b>Milieu de Vie</b>	
<b>Poste</b>		<b>Poste</b>	
<b>Thérèse Richer</b> , Directrice générale, dgmiels@miels.org	<b>203</b>	<b>Salle communautaire</b>	<b>151</b>
<b>Marie-Hélène Guay</b> , Adjointe administrative, adjdir@miels.org	<b>208</b>	<b>Cuisine</b>	<b>152</b>
<b>Richard-Thomas Payant</b> , Agent technique Agent-tech@miels.org	<b>150</b>	<b>CACI</b> (Ordinateurs pour les membres)	<b>153</b>
<b>Prévention</b> , et liaison avec les communautés		<b>Moisson</b>	<b>104</b>
<b>Louis-David Bourque</b> , Coordonnateur, prevention@miels.org	<b>209</b>	<b>Banque Alimentaire, Michel D.</b>	<b>103</b>
<b>Maryane Tremblay</b> , Intervenante aux projets jeunesse, brigade@miels.org	<b>204</b>	<b>Hébergement Marc-Simon (HMS)</b>	
<b>François-Xavier Schmitz-Lacroix</b> , Intervenant HARSAH, info@prisme.org	<b>205</b>	<b>Kathy Dubé</b> , coordonnatrice (Intérim) ams@miels.org	<b>222</b>
<b>Justine Bélanger</b> , Intervenante de milieu, intmilieu@miels.org	<b>206</b>	<b>Suzanne et Chantale</b> Infirmières communautaires	<b>221</b>
<b>Sarah-Emmanuelle Gauthier</b> , Intervenante de milieu, Lutte à l'itinérance, intmilieuloge- ment@miels.org	<b>210</b>	<b>Caroline Faucher et Intervenants,</b> <b>Hébergement Marc-Simon (HMS)</b>	<b>223</b>
<b>Pier-Ann Roy</b> , Intervenante stagiaire stagiaireentraide@miels.org	<b>154</b>		
<b>Entraide</b>			
<b>Sonia Blouin</b> , Coordonnatrice, maintien@miels.org	<b>202</b>	<b>Patrick Labbé</b> Animateur à la vie communautaire, intviecomm@miels.org	<b>111</b>
<b>Marilyn Rochette</b> , Intervenante sociale, intpsycho@miels.org	<b>213</b>	<b>Stéphanie Gagnon</b> , Cuisinière, cuisine@miels.org	<b>112</b>
<b>Normand Bilodeau</b> , Intervenant projets intervenantsprojets@miels.org	<b>113</b>	<b>Comité des membres</b> cdm@miels.org	<b>114</b>
<b>Ligne INFOS-VIH : (418-649-0788)</b>	<b>271</b>	<b>Rendez-vous pour un dépistage</b>	<b>272</b>
<b>Sidus Express</b> <b>Conception et mise en page : Patrick Labbé</b> <b>Correction : Patrick Labbé</b>		<i>N'hésitez pas à me soumettre vos commentaires et/ou suggestions. Merci!</i>	
<b>Date de la prochaine tombée: 13 mars 2017</b>			

# Notes





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

# Mars 2017

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi
			1 <b>Moisson</b>	2	3	4
5	6 <b>Baratte</b>	7	8 <b>Moisson</b>	9	10 <b>Popeye</b>	11
12	13 <b>Groupe d'achats</b>	14	15 <b>Moisson</b>	16	17 <b>Glouton</b>	18
19	20 <b>Groupe de Femmes</b>	21	22 <b>Moisson</b>	23	24 <b>Astérix</b>	25 <b>Activité d'hiver</b>
*** BANQUE ALIMENTAIRE ***						
26	27 <b>Baratte</b>	28	29 <b>Moisson</b>	30 <b>Diner communautaire</b>	31	
<p>8 mars: Journée internationale de la femme 12 mars: Semaine québécoise de la déficience intellectuelle 20 mars: Journée internationale de la francophonie</p>						