



SIDUS Express

DIRECTION *et* ADMINISTRATION

MOT DU

PRÉSIDENT

Le 8 juin dernier, lors de l'AGA du MIELS-Québec, j'ai eu l'immense privilège, et ce à ma plus grande surprise, d'être choisi comme président de cet incroyable organisme. Je sais que plusieurs d'entre vous se demandent : « mais d'où est-ce qui sort celui-là? » Laissez-moi me présenter.

PVVIH depuis 23 ans, je suis arrivé à Québec en octobre 2009 (chaleureusement accueilli en passant). Quelques mois plus tard, on m'approchait pour combler un poste vacant au sein du conseil d'administration.

Ancien fonctionnaire fédéral, j'ai travaillé à Ottawa pour l'Agence de revenu du Canada ainsi que pour Revenu Canada international comme vérificateur d'impôt.

J'ai, par la suite, été superviseur du recensement de Statistiques Canada en 1991. J'ai aussi occupé plusieurs petits emplois au fil du temps lorsque la maladie me le permettait.

Aujourd'hui, j'occupe un poste à temps partiel de conciergerie dans les bureaux de Vidéotron.

Diagnostiqué en 1989 à l'âge de 19 ans, on ne me donnait que 5 ans à vivre. Et pourtant...

J'ai alors pris la décision que si on ne pouvait plus rien pour moi, que pouvais-je faire pour les autres?

Les organismes VIH-sida étaient à leurs premiers balbutiements. Il n'y avait aucun médicament. La réalité était toute autre. L'arrivée de l'AZT au début des années 90 et la fondation d'un organisme en Outaouais a donné un sens à ma vie. J'ai alors commencé mon cheminement dans le domaine du VIH-sida.

J'ai commencé par offrir mon corps à la science, ce qui veut dire qu'au fil des ans, j'ai participé à plusieurs protocoles de recherche : Abacavir, Sustiva, Interleukine 2, Isentress, Intellect et j'en passe.

Mon corps a aussi réagi à cette prise de médicaments à long

terme : lipoatrophie, cancer, transplantation de hanche et là aussi j'en passe.

Mon travail au sein des organismes a commencé au Bureau Régional d'Action Sida (BRAS) en Outaouais comme transporteur et s'est rapidement transformé comme accompagnateur auprès des personnes mourantes.

J'ai par la suite été intervenant dans les parcs, bénévole pour le projet PRISME tout en m'impliquant dans les différents comités de PVVIH.

(page suivante)

Ce numéro de août 2011:

DIRECTION ET ADMINISTRATION	1
COIN DES LECTEURS	3
ACTIVITÉS	4
PROMOTION DE LA SANTÉ	—
ENTRAIDE	6
PRÉVENTION	7
COORDONNÉES DE MIELS-QUÉBEC	10

Parution: 7e de la 20e année



DIRECTION *et* ADMINISTRATION

(suite de la page 1)

En 1998, je déménageais en Estrie où j'ai commencé à m'impliquer à IRIS-Estrie. C'est à cet endroit que j'ai fait mes premiers pas sur un conseil d'administration.

Au début des années 2000, les PVVIH de l'Estrie ont décidé de fonder leur propre organisme, l'A.R.C.H.E. de l'Estrie fait **par et pour**, et j'ai fait partie des cofondateurs. Mon implication visait la représentation auprès des agences

gouvernementales, demandes de subventions, autofinancement et autres tâches connexes.

Voici en gros qui je suis. J'avoue avoir plusieurs lacunes à combler et je sais que la personne que je remplace (merci, Martin) avait de grandes chaussures.

J'espère être à la hauteur de vos attentes durant la prochaine année à venir car nous avons beaucoup de pain sur la planche avec la nouvelle

planification stratégique et le 25^e anniversaire.

Je suis entouré d'une belle équipe sur laquelle je compte énormément pour mener à bien les objectifs que vous nous avez donnés. Ne vous gênez surtout pas pour venir me jaser lorsqu'on se croisera à MIELS. Je serais enchanté de vous connaître un peu plus.

Daniel Thauvette



MOT DU

COMITÉ PERMANENT

Lors du conseil d'administration qui s'est tenu le 5 juillet dernier, les membres suivants ont été nommés au Comité permanent.

Mme Lucie Bolduc

Mme Sylvie Jalbert

M. Jacques Ouellette

Avec ces trois nominations, le comité est complet et fonctionnel.

De plus, nous avons nommé nos porte-paroles, soit Jacques Ouellette auprès du Conseil d'administration et Roland Nadeau auprès des employés.

Nous avons tenu notre première réunion et avons établi certains objectifs que nous voulons mettre en place pour l'automne.

Le principal objectif est la mise en place d'un accueil tant téléphonique que physique au Salon Hospitalité. Nous allons préparer une formation et un horaire, nous aurons sûrement besoin de bénévoles et, à ce moment, nous ferons appel à vous.

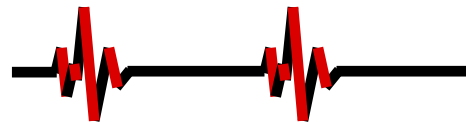
Au cours des dernières semaines, plusieurs membres et bénévoles ont interpellé les membres du Comité pour leur faire part de leurs attentes,

leurs besoins et leurs sentiments.

Nous tenons à vous remercier de la confiance que vous nous démontrez et soyez assurés que nous travaillons tous avec vous pour le mieux être de notre organisme et de ses membres. Vos commentaires sont nécessaires et appréciés.

Meilleures salutations!

Christiane Caron et
Roland Nadeau
pour le Comité permanent



O D E À LA JOIE

Je demande à l'univers de m'accorder une santé parfaite. Au jour le jour, je regarde avec bonheur ceux qui m'entourent et je me rends compte de ma chance... Je vis, je respire, je ne manque de rien... J'ai confiance en la Vie et je sais que je vaincrai les obstacles au fur et à mesure. J'ai du courage et je sais que ma détermination en sera renforcée.

Tout mon être tend vers cette équation : trouver l'harmonie tant au niveau de la structure (le corps) que de l'esprit. J'ai tant à vivre encore... Mon sommeil est paisible et réparateur, mon énergie débordante. J'ai confiance que le jour à venir sera meilleur que l'hier. J'apprends à vivre les difficultés passagères avec un optimisme qui devient le moteur de toutes mes actions. Mon cœur bat doucement dans ma poitrine et le plaisir de vivre m'habite encore et encore. Mon sang circule librement et sans contrainte à travers tout mon corps et celui-ci vibre au diapason de l'univers. J'apprends, jour après jour, à me discipliner et à trouver un exutoire à mon imagination débordante.

Tout n'est pas dit encore... J'apprivoise mon corps et je dresse le bilan de mes actifs qui sont incalculables. Je transforme les réticences en certitudes et je sais bien qu'à chaque problème réside une solution, souvent si simple que l'on n'ose pas même y penser. Mon esprit s'apaise et je regarde devant avec la confiance et le cœur qui prie le Soi. Les barrières dressées deviennent des tremplins vers une vie meilleure et un accomplissement de tout mon être. Je forge mon destin à coups de cœur et j'avance résolument vers la lumière.

Il me suffit de penser à me dépasser et me voilà partie à crier ma joie d'être en vie et d'en être amoureuse. Il me suffit de penser au présent et je goûte toutes les saveurs exquis de l'amour. Il me suffit de penser à ma santé et je brûle du désir de vivre de nouvelles expériences palpitantes.

Je me choisis et cela est bon... Car je choisis de soigner mon intérieur autant que mon extérieur, et je sais, qu'avec la foi, je rencontrerai sur mon passage toutes les bonnes personnes qui me permettront de rayonner, telle une pierre dans son écrin. Et je sais aussi que la lumière m'accompagnera tout le long de mon parcours, droit ou sinueux, selon le jour.

Je grimperai à l'arbre de la vie et, de là-haut, je contemplerai le soleil à son zénith et à son déclin, et ce, toujours avec le même bonheur. Mon bagage acquis est très loin d'être un boulet; il se compare au plaisir et à la joie de voir le soleil se lever.

J'ai tant à donner encore... J'ai tant à aimer encore...

Anonyme



Photo: Anaïs Coadou

VIE COMMUNAUTAIRE

À travers les départs et les retours inattendus, les vacances et les remplacements, vous les membres, restez notre priorité!

Dans tout ce mouvement, nous n'avons cessé de penser à ce que nous pouvions vous offrir et à ce que nous pouvions organiser comme activités. Dans les dernières semaines, plusieurs d'entre vous avez participé à de belles sorties : auto-cueillette de fraises, fin de semaine dans une base de plein air, sortie à la plage et ateliers de la promotion de la santé (taïchi et premiers soins).

L'automne qui commence nous ramène à certains incontournables : party de la rentrée (j'ai pensé le faire au 281, ch. Ste-Foy, mais j'ai laissé tombé!), Marche Farha, sortie aux pommes...

Regardez bien votre calendrier et les détails pour chacune des activités. N'hésitez pas à communiquer avec moi pour plus de détails ou pour vous inscrire!

J'espère vous voir en grand nombre!

Marie-Aude
Animatrice à la vie communautaire

Party de la rentrée

Cette année, c'est le jeudi 8 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!

Sortie aux pommes

Inscrivez-vous vite pour la sortie aux pommes. Nous irons à la Ferme Genest de St-Nicolas le **mercredi 14 septembre**. Rendez-

vous au MIELS à 10h30... Nous quitterons avec notre lunch pour aller pique-niquer là-bas. Nous repartirons vers 13h30. Sur place : mini-ferme, animation, sentiers dans les vergers et dans les champs de citrouilles. Et des pommes!!!



5\$ par personne incluant le transport, le lunch et les pommes. Vous avez droit à 1 invité par personne (8\$).

Inscription obligatoire

Ça marche!

C'est le 18 septembre qu'aura lieu la marche de la Fondation Farha à Montréal.

Comme chaque année, nous réserverons un autobus afin d'amener tous les marcheurs à Montréal (et de les ramener, bien sûr!). Le départ se fera du MIELS à 5h30 le matin car l'activité commence vers 9h. Nous fournissons le déjeuner et le dîner pour tout le monde et vous invitons à venir accompagnés.

Cette année, c'est le 25^e anniversaire du MIELS et nous aimerions être en mesure de remplir plus d'un autobus. Nous devons nous faire voir, faire reconnaître notre cause comme toujours importante et continuer de sentir que notre organisme est bien présent!



GROUPE DE FEMMES

ACTIVITÉ DU MOIS DE SEPTEMBRE

RANDONNÉE ET PIQUE-NIQUE AU MARAIS DU NORD (STONEHAM)

Venez prendre l'air, observer les oiseaux, et partager un petit pique-nique.

Quoi demander de mieux pour le moral et la santé!

Nous vous attendons en grand nombre.

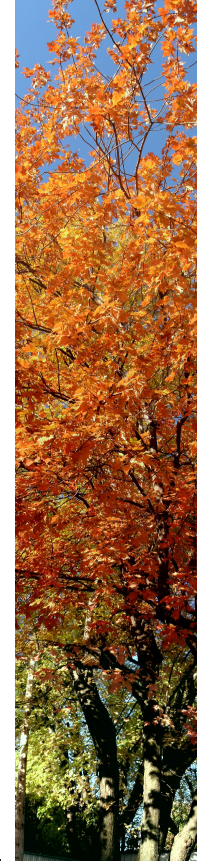
Quand : Samedi le 24 septembre

(si pluie, remis au dimanche 25 septembre)

Heure et lieu de rendez-vous : 9h00 au MIELS

Coût de l'activité : 3\$ par personne

Inscription obligatoire auprès de Sonia avant le jeudi le 22 septembre



ATELIER AU MIELS-QUÉBEC

Établissons des liens :

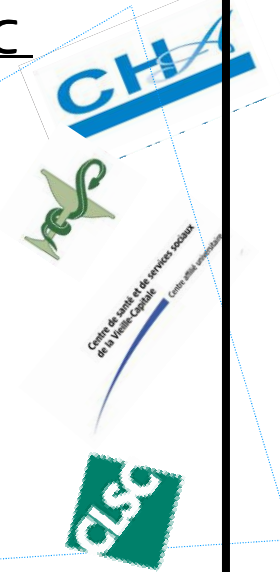
Communiquer et travailler avec les fournisseurs de soins

Atelier de développement des compétences pour
les personnes vivant avec le VIH

Mercredi le 21 septembre 2011 à 18h30 à 20h30
Repas à 17h30

Animatrices : Lara Barker, Éducatrice CATIE et
Kathy Dubé, intervenante MIELS-Québec

Inscription obligatoire auprès de l'animatrice à la vie communautaire



Message de la banque alimentaire

1\$?

« ... D'augmenter de 1\$
la contribution des ... »

Depuis les deux dernières années la banque alimentaire a vu son activité se terminer par un déficit toujours plus grand.

Les principales raisons étant l'augmentation de la fréquentation, un budget qui n'a pas suivi et la forte augmentation des prix

à la consommation dans le secteur alimentaire. Pour pallier le déficit éventuel, le comité de la banque alimentaire a dû soumettre au conseil d'administration la proposition d'augmenter de 1\$ la contribution des usagers dès le mois de juillet et de déplacer les bons supplémentaires des mois de juin et septembre vers

l'hiver, périodes de l'année plus appropriées pour recevoir ces bons supplémentaires. Le report aux mois d'hiver va aussi permettre au comité de voir venir la fin de l'exercice financier et de réévaluer la situation.

Alors que le coût de l'alimentation augmente comme jamais, nous sommes très conscients qu'il

aurait mieux valu augmenter l'aide accordé depuis 15 ans plutôt que d'arriver avec une augmentation de la contribution.

À défaut d'augmenter cette aide, si nous pouvons au moins la maintenir dans son intégralité d'ici à ce qu'elle puisse être améliorée, mieux vaudrait alors adopter cette mesure.



APPEL AUX ANCIENS

Né le :
Survivant depuis :
plus de 15 ans

Photo: Anaïs Coadou

**CET APPEL EST LANCÉ AUX
HOMMES ET AUX FEMMES QUI VIVENT
AVEC LE VIH DEPUIS PLUS DE 15
ANS.**

J'aimerais former un groupe de rencontre et de discussion afin que nous puissions échanger sur les réalités qui nous touchent aujourd'hui. Ex: Vieillir avec le VIH, combien de deuils ai-je dû faire dans ma vie? Financièrement qu'est-ce qui m'attend?, Bienfaits et méfaits de la médication à long terme?, etc...

Ce genre de rencontres vous intéresse? Veuillez vous inscrire auprès de Marie-Aude ou Sonia à la Vie communautaire. Si la réponse est positive, nous vous contacterons afin de vous communiquer les dates de rencontres.

Je ne sais pas si vous êtes comme moi mais je crois que malgré les épreuves, la vie vaut encore la peine d'être vécue. Nous sommes des survivants, chacun à notre manière et j'aimerais beaucoup vous rencontrer et aussi connaître vos attentes face à l'avenir!

Daniel, PVVIH depuis 23 ans

S e c t e u r d e l a p r é v e n t i o n ?

Avec l'arrivée prochaine de l'automne j'ai pensé vous présenter ce qui se brasse au secteur de la prévention.

Évidemment, vous avez peut-être remarqué certains changements dans notre équipe. Je suis de retour de voyage et notre ami Pier-Luc nous a quitté pour un retour aux études. Nous tenons à le remercier et le féliciter chaleureusement pour la contribution exceptionnelle qu'il a apportée, notamment à titre d'intervenant HARSAH, de responsable du programme PRISME, d'intervenant au dépistage rapide et de coordonnateur du secteur pendant mon absence.

Nous avons tous beaucoup appris en collaborant avec Pier-Luc et lui souhaitons un grand succès dans ses projets littéraires ! Nous tenons aussi à remercier Liza-Nicole qui nous a prêté main forte lors de la période des vacances. Dans le contexte où nous étions peu nombreux, elle nous a démontré sa très grande capacité de polyvalence !

Nous accueillerons Simon à compter de septembre dans le cadre de ses stages en Techniques de travail social au Cégep de Sainte-Foy. Simon sera avec nous 3 jours par semaine à la session d'automne et 4 jours par semaine à la session d'hiver.

Son stage vise à lui permettre de se familiariser avec les concepts applicables d'« empowerment » des PVVIH dans la prévention/sensibilisation. Il sera donc appelé à rencontrer des membres déjà impliqués avec nous, par exemple l'équipe de témoignages, ainsi que d'autres membres qui pourraient être intéressés d'accroître leur implication dans la prévention du VIH/sida et des ITSS.

Les autres membres de l'équipe ne seront pas en reste car de nombreuses initiatives de prévention continuent de progresser

Voici donc un bref résumé de nos objectifs pour l'automne. N'hésitez surtout pas à venir nous rencontrer pour en apprendre davantage ou nous faire part de vos commentaires.

- ◆ **Ainsi Kathy poursuivra ses visites à l'Établissement de détention de Québec, ainsi que des interventions au sein des milieux;**
- ◆ **Samuel poursuivra ses interventions sur les sites gais de rencontre Internet, les mercredis avant-midi, et représentera MIELS-Québec au sein du comité organisateur de la fête Arc-en-ciel;**
- ◆ **L'ensemble de l'équipe sera mis à contribution pour l'animation d'un kiosque d'information/sensibilisation lors de la journée communautaire, ainsi que pour les cliniques de dépistage qui seront offertes le samedi et le dimanche au bar Le Drague;**
- ◆ **Louis-David rédige actuellement un guide pédagogique pour appuyer les intervenants jeunesse qui animent des ateliers de prévention VIH/ITSS;**
- ◆ **Lui et moi feront aussi équipe avec les organismes S.O.S. Grossesse et le Régional des maisons de jeunes de Québec, afin de développer et produire des capsules visuelles pouvant être diffusées sur plusieurs sites Internet et réseaux sociaux (Facebook, Youtube, etc.), ainsi que dans les écoles de niveau secondaire et collégial de la région.**

Yvan Fortin

Mémo sur le test de Dépistage rapide (le TDR)

« **PARMI L'ÉVENTAIL DE SERVICES DÉPISTAGE QUE NOUS OFFRONS, ON RETROUVE ...** »

Comme certains le savent peut-être déjà, MIELS -Québec offre des services de dépistage, tant à l'intérieur de l'organisme qu'à l'externe. Ceux-ci sont offerts en collaboration avec l'équipe du SIDEP, plus particulièrement avec notre très connue Michelle Blouin (MIELS) ainsi qu'avec notre moins connu Jérôme Pelletier (saunas, Le Drague).



Parmi l'éventail de services dépistage que nous offrons, on retrouve le test de dépistage rapide du VIH ou TDR.

Son avantage majeur? Il permet de détecter dans le sang la présence d'anticorps combattant le VIH en moins de 5 à 10 minutes.

La validité et l'efficacité de ce test est comparable au test régulier, à la condition que la personne respecte le délai de 3 mois entre le dépistage et son dernier contact à risque (délai appelé période-fenêtre). Évidemment, la Chlamydia, la Gonorrhée, la Syphilis et les Hépatites B et C peuvent être dépistées dans le cadre de ce test.

Au MIELS, le TDR est non seulement une collaboration de l'organisme avec le SIDEP, mais aussi



une collaboration durant l'intervention. En effet, un intervenant du secteur prévention (moi de juillet 2010 à juillet 2011) et Michelle offrent une rencontre personnalisée à chaque personne.

L'accueil et l'entrevue psychosociale se déroulent avec l'intervenant, les prélèvements et l'entrevue médicale avec l'infirmière et

les résultats sont remis ensemble. Ainsi, la personne dépistée bénéficie d'un suivi unique, basé sur ses forces, ses questionnements et sa réalité personnelle. Il s'agit d'une occasion privilégiée de sensibiliser la personne à la prévention du VIH et des autres ITSS, la réalité du VIH en 2011 et l'importance du dépistage.

2 SUR 120

Depuis juillet 2010, plus de 120 personnes furent dépistées dans le cadre du TDR ; 2 reçurent malheureusement un diagnostic de séropositivité. Cependant, grâce à la collaboration intervenant/infirmière, ces deux personnes ont bénéficié immédiatement d'un suivi médical et psychosocial adapté à leurs besoins.

Pour de nombreux autres dépistages ayant résulté en un résultat de séronégativité, des suivis ont aussi été offerts (traitements de d'autres ITSS ; interventions auprès de couples sérodifférents ; participation à des initiatives du secteur prévention telles

(Suite page 9)

Le secteur de la **PRÉVENTION**

(Suite de la page 8)

que Phénix, PRISME, etc. ; suivis individuels ; etc.).

Malheureusement, la survie du TDR au MIELS, tel que réalisé en ce moment avec un intervenant social et une infirmière, est mise en péril.

En effet, malgré le discours provincial et les priorités mises de l'avant par le Ministère de la Santé et des Services sociaux, notre organisme ne bénéficie pas en ce moment d'un financement adéquat pour assurer la poursuite de ce magnifique projet.

Officiellement, nous ne pouvons donc en assurer la continuité que pour le reste de l'été 2011. Soyez certains toutefois que Michelle, tout le secteur prévention et la direction générale travaillent d'arrache-pied pour assurer la poursuite du TDR dans les années à venir au sein de

notre organisme. Si cette situation vous touche ou vous concerne, n'hésitez pas à leur offrir votre soutien d'une quelconque façon.

En terminant, j'aimerais prendre quelques lignes pour saluer le travail extraordinaire au sein du MIELS d'une dame, petite de taille, mais grande de cœur :



Madame Michelle Blouin.

Michelle travaille ici depuis bientôt 5 ans, ayant fait sa marque au sein de notre organisme par son grand professionnalisme, son cœur d'or et son empathie envers tous, membres,

bénévoles, employés et personnes de passage.

J'ai eu l'honneur d'apprendre à la connaître davantage depuis le début du TDR et notre collaboration demeurera l'une de mes plus belles expériences de travail multidisciplinaire, tant au plan professionnel qu'au plan humain.

Michelle, merci de ton sourire, de ton soutien et j'espère avoir la chance de collaborer avec toi de nouveau, très bientôt je l'espère...



Photo: Anaïs Coadou

Merci de votre lecture et bonne fin d'été/début d'automne à toutes et tous!

Pier-Luc Chouinard

C'est avec regret...
BONJOUR, C'est avec regret que je vous informe que je dois quitter mon poste comme Intervenant Parcs pour des raisons personnelles.

C'était un plaisir de vous rencontrer et je vous souhaite à tous un bel été.
Au plaisir de vous revoir!

Kevin

Les COORDONNÉES de MIELS-QUÉBEC

Mouvement d'information et d'entraide dans la lutte contre le VIH-Sida 625, Avenue Chouinard Québec, QC G1S 3E3	Tél. : 418 649-1720 Téléc. : 418 649-1256 Internet : WWW.MIELS.ORG @ : ... @MIELS.ORG
--	--

COMITÉ PERMANENT (CPPVVIH)

Comité permanent de personnes vivant avec le VIH	Poste 114 @ : comitepvvih@miels.org
---	--

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

Hébergement Marc-Simon	poste et courriel
NANCY COOPER Coordinatrice	222 AMS@
MICHELLE BLOUIN Infirmière communautaire	221 ou 102

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

Sidus Express	Prénoms
CUEILLETTE DES TEXTES	MARIE-AUDE
CORRECTION DES TEXTES	MARIE-AUDE
CALENDRIER ET ASSEMBLAGE	DANIELLE
GRAPHIE ET MISE EN PAGE	DIANE

Entraide	poste et courriel
SONIA BLOUIN Coordinatrice	202 MAINTIEN@
Intervenant social	213 INTPSYCHO@
Marie-Aude René Intervenante communautaire VIE COMMUNAUTAIRE	111 INTVIECOMM@
KARINE GAGNÉ-LAFERRIÈRE Responsable PROJETS ALIMENTAIRES	112 CUISINE@

Prévention et liaisons avec les communautés	poste et courriel
YVAN FORTIN Coordinateur	209 PREVENTION@
LOUIS-DAVID BOURQUE Intervenant PROJETS JEUNESSE + LATEX MUR À MUR	204 BRIGADE@
SAMUEL FORTIER Intervenant HARSAH	205 INFO @PRISME.ORG
Kathy Dubé Intervenante de milieu	206 INTMILIEU@

DATE DE TOMBÉE: 9 SEPT. 2011