

## Nos services :

- Intervention communautaire à domicile
- Intervention individualisée
- Accompagnement en voiture
- Massages de relaxation
- Groupes de tai chi
- Centre de jour
- Résidence supervisée transitoire
- Services alimentaires
- Groupes de discussion
- Ateliers divers
- Action internationale

## Contribuez à MAISON PLEIN COEUR

par un don     par du bénévolat

Nom

( )

Téléphone

Adresse

\$

Montant

Date

Signature

Cochez les secteurs qui vous intéressent :

- Comité du bulletin     Comité de financement     Réception  
 Visite de soutien     Accompagnement en voiture  
 Entretien ménager     Centre de jour     Massage

Maison Plein Coeur est un organisme communautaire à but non-lucratif (N° 13389 5094 RR0001). Un reçu pour fins d'impôts vous sera émis (pour tout don de 20.00 \$ et plus).

## Maison Plein Coeur

1611, rue Dorion  
Montréal, QC H2K 4A5

Téléphone :  
514.597.0554

Télécopieur :  
514.597.2788

Site :  
www.maisonpleincoeur.org

Courriel :  
bulletin@maisonpleincoeur.org



## FORMULAIRE D'ABONNEMENT

Prénom

Nom

Adresse

Ville et Province

Code postal

( )

Téléphone

Courrier électronique

Vous pouvez recevoir Maison Plein Coeur Express à domicile en vous abonnant par courrier, par téléphone ou par internet à l'adresse et au numéro ci-haut.

# MAISON PLEIN COEUR

## express

vol. 1, no. 3  
été 2004

bulletin  
d'information

## Éditorial

**INDIGNATION** – *Louis-Marie*

Je suis indigné! Une indignation qui dépasse toute forme d'indignation... Une indignation qui dépasse même tout ce que vous pouvez imaginer dans votre esprit! Et cette forme de révolte a plusieurs interlocuteurs. Les gouvernements bien sûr, ensuite mes pairs, mes collègues des organisations communautaires de "tout acabit", ensuite, ensuite, ensuite...

Le 12 mai dernier, le gouvernement fédéral annonçait que le budget de la stratégie nationale canadienne de lutte contre le VIH-sida (la "SCVS") serait rehaussé pour atteindre la somme de 84,4 millions et que ce gouvernement continuera de faire du sida l'une de ses priorités.

On s'est tous levés et on a applaudi. WOW! On nous avait finalement entendu et on avait doublé la "SCVS" après tant d'années de lutte, de lobbying, de manifestations, etc. Le hic est que ces 84,4 millions seraient distribués sur 5 ans à un rythme que je juge inacceptable! On a besoin de cet argent tout de suite, un peu comme un prêteur las de vous attendre a besoin que vous le remboursiez immédiatement.

«Mais voyons Louis-Marie, tu vas l'avoir cet argent. Tes collègues, eux, sont contents et toi, comme d'habitude, tu chiales. Où est la panique?» Eh bien, la panique est que le gouvernement fédéral n'a pas rehaussé le budget sida depuis 1993. La panique est que le gouvernement actuel avait promis que, dès son élection en 1997, le budget passerait à 55 millions et voilà que cette année, il sera rehaussé de 5 millions pour atteindre t-r-a-n-q-u-i-l-e-m-e-n-t 84 millions en 2009.



Ma piastre de 2004 vaut moins que celle de 1993. Combien vaudra-t-elle en 2009? Je vous parle du fédéral alors que le provincial a tout chamboulé et que lui est en "réingénierie" et que l'on ne sait même pas ce qui va nous arriver. Lui-même ne sait pas ce que va avoir l'air notre système de santé dans 5 ans! On assiste à l'abolition des régies régionales pour faire place à de nouvelles structures ; on construit dans sa tête de nouveaux hôpitaux et on en démolit d'autres ; bien entendu, tout se passe sur papier en attendant que... Pendant ce temps, les organismes communautaires vivent et risquent fort de devenir bientôt des « MORTGANISMES » communautaires tellement ils sont sous-financés...

En même temps, les participantes et participants de ces mêmes organismes crient à l'aide et veulent des services, ici et maintenant, et se plaignent que nous nous bureaucratisons, que nous réagissons lentement à leurs demandes, que nous les servons mal, quand on en a le temps...

Les donateurs et bienfaiteurs se font rares ; les conseils d'administration se démobilisent ; nous devons également laisser partir certains intervenants qualifiés parce que nous n'avons pas les moyens de les rémunérer à leur juste valeur. Comment calmer cette indignation qui habite le directeur général que je suis?

Non! Je n'ai pas besoin de votre oreille compatissante ; je n'ai pas besoin de petites tapes dans le dos pour me dire que vous serez moins exigeants dans votre demande de services à l'avenir !

J'ai besoin que tous et chacun se mobilisent, chacun à sa façon et selon ses compétences, afin que les organismes communautaires cessent de survivre et qu'ils vivent. Notre indignation doit se changer en mobilisation, en résistance positive toute pleine d'initiatives.

Notre implication passive doit redevenir une participation positive.

Dans l'espérance d'un avenir meilleur. ■

# Ce document a été réalisé grâce à une contribution de Santé Canada.

## Sommaire

Éditorial .....	p. 1
Pierre L. Morin .....	p. 2
Pierre Corbeil .....	p. 3
Témoignage .....	p. 4
Comité de financement .....	p. 5
Photos .....	p. 6
Centre de jour .....	p. 6
Tai chi .....	p. 7
Accompagnement en voiture .....	p. 8
Photos .....	p. 9
Résidences supervisées .....	p. 9
Intervention individualisée .....	p. 10
Vox Pop .....	p. 11

## L'équipe du bulletin

**Conception/Coordination :**  
Daniel-Claude Gendron

**Correction :**  
Pierre Corbeil  
Pierre L. Morin  
Éric Charpentier

**Distribution :**  
Jean Geoffroy

**Photographie :**  
Jonathan Vachon

**Infographie :**  
George Pardalis [info@aethon.net](mailto:info@aethon.net)  
Jacques Bourdeau

**Impression :**  
Urgence copie

Date de tombée : le 15 août

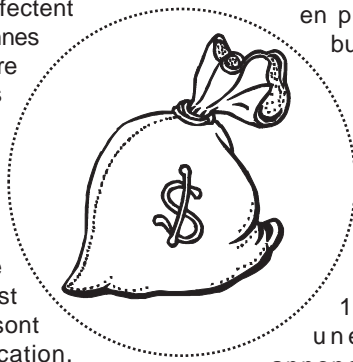
*Vous aimeriez écrire dans notre bulletin?*

Contactez :  
Daniel-Claude



## Il faut que ça change - Pierre L. Morin

Avant 1995, les personnes vivant avec le VIH (PVVIH) tombaient comme des mouches à cause de maladies opportunistes (qui affectent seulement des personnes au système immunitaire affaibli). Depuis près de dix ans maintenant, les trithérapies sont apparues, et il y a moins de décès reliés au sida. L'espérance de vie des PVVIH est bonne quand elles sont fidèles à leur médication.



Rassurés, nombreux sont les jeunes ou les hétérosexuel(le)s qui, inconscients de ce que signifie vivre avec le VIH et devoir prendre de nombreux médicaments durant toute leur vie, ne se protègent pas lors de leurs relations sexuelles. Ainsi, au Canada, 4 000 nouvelles personnes sont infectées chaque année et on estime à au moins 56 000 le nombre de personnes qui sont séropositives.

### Contribution budgétaire figée

Les inconvénients avec lesquels les PVVIH peuvent avoir à composer en raison de leur état et de la prise de médicaments sont fréquents : nausées, contraintes alimentaires, fatigue, douleurs, modifications de l'apparence physique, isolement, vieillissement prématuré, dépression, problèmes neurologiques... Certaines personnes cessent même de prendre leurs médicaments pour en finir au plus tôt!

À ces difficultés s'ajoutent des demandes liées au soutien psychologique, au manque de logement, aux ennuis pécuniaires, sans oublier tout ce qui a trait à la qualité de vie. Pour y répondre, il faut de l'argent, du personnel, des

bénévoles... Les organismes communautaires, tels Maison Plein Cœur ou CPAVIH, font de plus en plus face à des choix budgétaires déchirants.

C'est que le gouvernement fédéral n'a pas augmenté sa contribution à la stratégie de lutte contre le sida depuis 1993. Tout juste avant une manifestation annoncée pour protester devant cette situation et à la veille du déclenchement des élections, le ministre Pettigrew annonçait que le gouvernement libéral doublerait ce budget, sur un espace de cinq ans, en le faisant passer de 42 à 84 millions de dollars. Peut-on y croire?

### Exprimez-vous

Combien de projets ou d'activités n'ont pu se réaliser, seulement à Maison Plein Cœur, faute de ressources : yoga, théâtre, jardin communautaire...? Non seulement de nouvelles activités permettant aux PVVIH de se rencontrer, de partager leurs expériences, de créer des liens sont de plus en plus difficiles à mettre en place, mais encore on peine à répondre à la demande pour les services déjà offerts!

Maison Plein Cœur Express vous offre de l'information. Nous espérons aussi que vous vous y exprimerez. Écrivez-nous vos attentes, vos désirs, vos opinions. Venez nous rencontrer. Offrez vos services, trouvez des bénévoles. De plus, participez aux manifestations. Témoignez, protestez dans les médias, auprès de vos députés...pour que ça change! Pour être plus heureux, malgré tout...■

## Vox Pop

### Un petit mot de remerciement

Je tiens à remercier Maison Plein Cœur pour cette belle soirée du 22 avril 2004 en l'honneur des bénévoles. Je vous félicite et un merci tout spécial à Anouar et Pascale pour avoir su rendre cette soirée agréable, que j'ai tant appréciée. Félicitations aussi à tous les récipiendaires et à tous ceux qui étaient en nomination.

Vous savez, il y a des gens qui embellissent la vie... petit à petit... un jour à la fois; ce sont des gens généreux et gentils... Merci. Parfois quand il faut lui donner son vrai sens : celui d'une pensée de reconnaissance... Merci, pour avoir compris avec tact et respect, qu'au-delà des biens matériels... il y a des humains, eux bien réels. En un mot comme en cent... Merci.

Avec toute mon affection  
~ Maurice V. xoxox

Merci pour cette copie de notre «Express», très apprécié et très intéressant même si les caractères sont très petits pour une femme de mon âge!

~ M.J.

Bravo pour le journal. Belle initiative. Bien que je sois peu ou pas présent à MPC, mon cœur est avec vous! Longue vie à MPC.

~ M.

Je vous félicite pour votre journal. Très bien fait et intéressant. Bravo!

~ H.C.



Bravo à toute l'équipe pour votre nouveau bébé. Belle présentation. Merci et longue vie...  
~ L'équipe du BLITS de Victoriaville et Drummondville.

À toute l'équipe du bulletin, Je tiens à vous transmettre toutes mes félicitations pour le nouveau-né qui de surcroît est arrivé à la date prévue. Je suis content de réaliser aujourd'hui que grâce à vos efforts, nous avons enfin un bulletin mensuel d'information et de liaison à Maison Plein Cœur. Bravo!

Ce nouvel outil de communication va nous permettre d'informer périodiquement notre monde et spécialement les usagers qui ont témoigné avec ardeur de l'importance de savoir ce qui se passe à MPC. Je crois que le bulletin Maison Plein Cœur Express sera grandement apprécié de tous. Je peux vous dire qu'il était attendu avec amour et parfois avec impatience... et le voilà enfin! C'est vraiment réjouissant de penser que nous allons pouvoir être davantage en lien... pour accomplir notre mandat communautaire.

~ M.M.■

## J.A.S.E.

Jeunes, Adultes, Séropositifs, Ensemble

Centre de jour pour personnes de 16 à 29 ans.

Tous les jeudis de 18h00 à 21h00.

Information : 521-8720

## Journée de pêche



19 juin  
Inscrivez-vous à la réception

## Dîners communautaires du CRISS

5410, 2e avenue (coin Masson)

Les derniers jeudis du mois à 12h

Précédé d'un groupe de discussion à 11h

Veuillez confirmer au (514) 855-8991



## Du nouveau au CRISS !

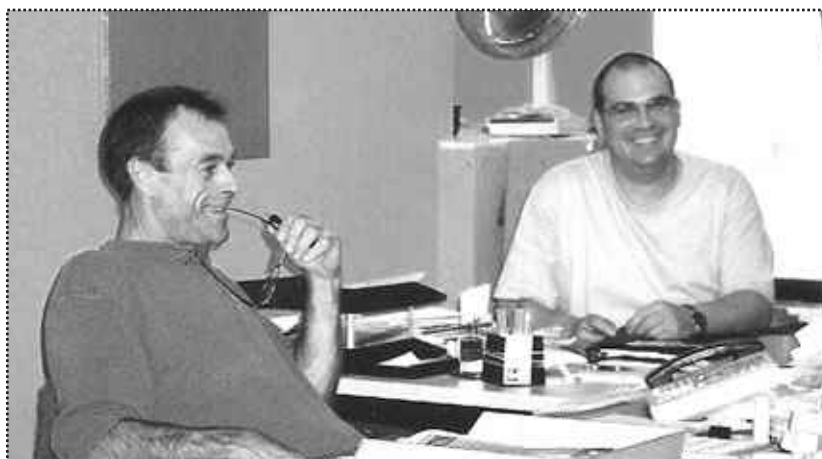
Groupe de rencontre pour femmes et hommes hétéro et séropo.

Tous les vendredis soirs à 19h au :

CRISS,  
5410, 2e avenue,  
coin Masson

On ne peut parler de ce service sans aborder la question de la réinsertion sociale des personnes vivant avec le VIH-sida, un incontournable depuis l'arrivée des médicaments. Je sais que plusieurs d'entre vous n'aiment pas particulièrement cette expression, mais je n'en ai pas d'autres à vous proposer qui caractérisent le même concept. Il est aussi vrai qu'il est difficile de se retrouver dans la terminologie du monde de la réinsertion sociale. En effet, de l'insertion sociale à l'insertion professionnelle en passant par le retour à la vie sociale active et la réinsertion sociale, il est parfois difficile de s'y retrouver. Nous reviendrons sur chacun de ces termes dans un prochain numéro. Pour l'instant, parlons de l'intervention individuelle.

Maison Plein Cœur offre depuis 1999 un processus d'intervention individuelle afin d'accompagner les personnes désirant faire un parcours de réinsertion sociale. Qu'est-ce que la réinsertion sociale? Nous en parlerons plus longuement cet automne mais disons pour l'instant que Santé Canada la définit comme « un processus dans lequel la personne développe des aptitudes nécessaires pour fonctionner selon les règles de la société dans laquelle elle vit ». Chose importante à savoir : l'intervention individuelle n'a pas pour



Jean Geoffroy et Robert Landry, intervenants communautaires

premier objectif le retour en emploi, mais de favoriser une vie sociale plus active.

Un des éléments importants de cette démarche est l'acquisition de saines habitudes de vie. Une habitude de vie est une activité quotidienne ou un rôle social valorisé par la société. Elle est définie en fonction des caractéristiques de la personne (âge, sexe, etc.). Par exemple, la question du travail ne se posera pas de la même manière pour une femme de 20 ans et une retraitée. Avoir de saines habitudes de vie assure la survie et l'épanouissement d'une personne tout au long de sa vie. La qualité de la réalisation d'une habitude de vie se mesure sur une échelle allant de la pleine participation sociale à la situation de handicap total. La pleine participation sociale est vécue par une personne autonome. Dans les grandes catégories des habitudes de vie, nous comptons la nutrition, les soins personnels, la communication, le travail, les loisirs, les relations interpersonnelles et beaucoup d'autres éléments.

Ainsi, à travers un exercice d'auto-évaluation, que l'on appelle le questionnaire des habitudes de vie,

la personne détermine si le niveau de réalisation de ses habitudes de vie répond à ses attentes. Par exemple, est-ce qu'elle considère qu'elle s'alimente bien? Elle complète le questionnaire à l'aide d'un intervenant dont le rôle n'est pas d'évaluer à sa place, mais de l'accompagner dans ce processus. Cette auto-évaluation lui permettra ensuite de déterminer ce qu'elle veut améliorer, quel objectif elle désire atteindre et comment. Après tout, c'est elle qui vit son quotidien. Voilà en quelques lignes ce qu'est l'intervention individuelle. Venez nous voir, il nous fera plaisir de vous en dire plus... ■

### Lave-O-thon

L'équipe du lave-o-thon du 14 août prochain est présentement à la recherche de bénévoles pour se « mouiller » dans une activité de financement organisée sous le signe de la fête – Dîner inclus



Inscription à la réception

### Ma vie a-t-elle un sens?

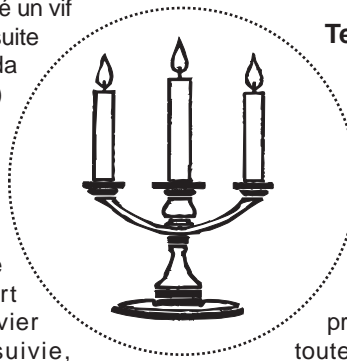
Quel sens je donne à ma vie et à ma mort? J'ai éprouvé un vif besoin de sens à la suite du diagnostic de sida (sarcome de Kaposi) qui me laissait très peu de temps à vivre.

Une longue et difficile expérience de proximité de mort (juillet 1998 - janvier 2000) s'en est suivie, marquée au sceau indélébile d'un profond deuil : deuil de ma santé, de ma famille, d'une relation amoureuse, d'amis, de ma carrière. Un deuil ponctué, toutefois, de joies et de grâces reçues lors de rencontres qui m'ont fait entrevoir un certain sens.

Je vis toujours. Qu'est-ce qui m'incite à poursuivre mon chemin de vie? Chemin, cheminer, cheminement: passer d'un lieu à un autre, passer d'ici vers un ailleurs où je discerne un sens. Mais comment faire le deuil de mon deuil? En janvier 2000, je prenais la décision d'écrire afin de (sur)-vivre : écrire afin de passer d'un lieu à un autre lieu. Survivre parce que quelqu'un m'attend ou parce que j'ai quelque chose à réaliser. Mais survivre ne suffit pas. L'acte créateur – peu importe comment il se concrétise – donne sens et vie.

La trithérapie fait des miracles. Un nombre toujours trop grand meurt encore du sida. Mais un nombre de plus en plus significatif survit. Cependant vivre avec la maladie et survivre pour un temps à la mort, éveille la question du sens de ma vie et de ma mort. Je sais que je ne peux vivre sans un sens spirituel qui transcende ma vie et ma mort. Mais une difficulté surgit, au Québec, qui

tient à la définition même de la «spiritualité», en regard de la «religion» qu'on a connue.



### Temps de réflexion

Une phrase percutante de Viktor Frankl, psychiatre juif rescapé des camps de la mort, lue à cette époque troublée de ma vie, retentit toujours en moi: «L'homme est prêt à (endurer, supporter) toutes les souffrances tant qu'il y décèle un sens.»

Quel est ce sens pour moi? Qu'est-ce qui m'anime malgré mes épreuves et me rend capable de supporter toutes mes souffrances? Qu'est-ce qui me fait trouver un sens à ma vie et à ma mort? J'écris «je», convaincu que vous qui me lisez, pouvez sans peine vous identifier à ce «je».

### Groupe de cheminement spirituel

Pour la personne infectée, l'annonce du diagnostic est terrible quel que soit l'âge, mais développer la maladie est un coup de semonce qui fait surgir le spectre de la mort. La mort éventuelle n'est plus idée vague mais une réalité proche. Un besoin réel d'aide médicale est criant : le corps fait problème. Mais l'infection et la maladie suscitent un tel bouleversement que l'âme fait aussi problème. Corps et âme crient à l'aide et cherchent désespérément. Surgit alors la question inévitable du sens. L'esprit, clé de voûte qui soude le corps et l'âme, s'interroge.

Un besoin se fait-il sentir parmi nous – du moins moi, je le ressens – de poser la question du sens? L'heure est-elle venue de former un groupe de cheminement spirituel à Maison Plein Cœur? Si vous le ressentez

comme moi, n'hésitez pas à nous contacter. ■

## CAMP KINKORA

### Les ateliers

- aérobie
- chamanisme
- danse créative
- groupe de soutien
- massage de relaxation
- tai chi
- tambour africain
- théâtre
- etc.

### Les soirées

- soirée casino
- soirée country
- soirée disco
- soirée multi-culturelle
- soirée des talents

Apportez vos costumes dans vos bagages.

### La pêche

- 2 après-midi de pêche
- apportez votre canne et votre permis de pêche

### Après le camp...

Venez faire le bilan du camp positif avec le comité organisateur!

Vendredi le 13 août, 13h00



**ATTENTION**  
Maison Plein Cœur sera fermée  
24 juin au 27 juin  
inclusivement.

## Photos



Partie de sucre à la P'tite Cabane de la Côte le 7 avril dernier



La manifestation du 14 mai organisé par Lipo-Action dans le but de dénoncer ceux qui banalisent les effets secondaires des médicaments et faire reconnaître le droit à des traitements réparateurs disponibles et accessibles à tous

## Témoignage - Ma vie à moi - Jos

Le sexe et les drogues n'ont pas fait bon ménage. Sous l'effet des psychotropes mon jugement était altéré et ma libido était stimulée. Je ne portais plus attention à la personne la plus importante, c'est-à-dire moi. Je n'avais qu'une chose en tête «BAISER». Quand je trouvais quelqu'un de mon goût, je voulais aller le plus rapidement possible à l'orgasme, sans passer par le vestiaire pour enfileur un imperméable (condom). Je ne passais donc pas go et je ne réclamais pas 200.00\$. Je me suis retrouvé dans une situation qui dictera le reste de ma vie. C'est une situation qui n'est pas facile et qui fait peur à avouer. Je ne voulais pas que les autres (amis, amants, parents) me repoussent.

Je suis personnellement atteint du VIH et, heureusement pour moi, la médication contrôle très bien l'infection. Après quelques essais, mon médecin et moi avons trouvé la trithérapie qui me va. J'ai un alphabet assez complet, car j'ai aussi attrapé l'hépatite A, B, C. J'ai pu développer des anticorps par moi-même car mon corps était assez fort pour ça.

Je suis séropositif. J'ai aussi des problèmes neurologiques : je contrôle mal mes inhibitions. Je suis hospitalisé depuis 3 ans et demi en psychiatrie. Ma mère a créé une tutelle privée pour pouvoir gérer mon argent et aussi payer mes dettes. En agissant ainsi, elle empêche le gouvernement de s'en charger car cette tutelle aurait pu être mal administrée et par conséquent, j'aurais pu manquer de beaucoup de choses essentielles.

Je n'ai aucune maladie psychiatrique mais pourtant je suis enfermé à l'unité fermée, dites de soins intensifs, avec des paranoïaques, des schizophrènes, des bipolaires, des maniaco-dépressifs. Moi, tout ce que mon état me fait faire, c'est obéir à mon impulsivité. Je réagis à quelque chose que j'aime ou quelque chose que je déteste. Cela peut sortir de façon inopportune et souvent méchamment. Je suis en couple depuis 4 ans. J'aimerais être avec lui bien plus souvent. Nous formons un couple sérodiscordant.

J'ai fait la vie et la vie m'a fait le plus souvent. Je me sens coupé du monde extérieur. Où je suis, c'est comme une prison pour mon corps et pour mon esprit.

Partagez avec moi votre vécu. J'aimerais bien avoir un contact avec l'extérieur.

Jos

bulletin@maisonpleincoeur.org ■

*Vous aimeriez partager votre histoire?*

Contactez : Daniel-Claude



## La résidence supervisée - Jean Geoffroy



La résidence de Maison Plein Cœur peut accueillir huit personnes

Dans le cadre de sa mission communautaire, Maison Plein Cœur gère quatre appartements supervisés (contenant chacun deux studios) qui peuvent accueillir au total huit personnes vivant avec le VIH-sida. Prévoyant un séjour transitoire d'un mois à un an, selon la demande, ce service offre aux personnes un contexte de vie sécuritaire pour stabiliser leur état de santé, réorganiser leur situation personnelle et préparer un retour à la vie sociale active dans la communauté.

Dans le but de poursuivre l'adaptation du service de résidence aux nouvelles réalités, un partenariat avec Maison

d'Hérelle et Maison du Parc a été créé. Nous avons réservé deux studios pour leurs résidents vivant avec le VIH-sida. L'objectif principal de ce projet est de proposer une transition progressive et spécifique vers la réinsertion sociale. Le but visé est de leur permettre d'expérimenter et de vérifier par eux-mêmes, leurs propres capacités à gérer une vie quotidienne active avec un certain encadrement. Des répits de transition sont aussi offerts pour des personnes vivant une désorganisation psychosociale passagère et présentant un fort potentiel de retour à l'autonomie. Pendant leur séjour, tous les résidents bénéficieront de la participation active

d'un professionnel de la santé, prioritairement un travailleur social. Un plan d'intervention est élaboré avec chaque candidat avant l'admission.

Malgré les bénéfices relatifs des multitraitements pour lutter contre le VIH, nous remarquons l'accentuation de troubles de santé mentale et les effets secondaires des médicaments représentent des expériences pénibles vécues régulièrement par les résidents. Afin de réagir promptement à cette transformation de la problématique, plusieurs heures sont allouées dès l'admission d'une personne. Un suivi, un encadrement serré avec un intervenant, est mis en œuvre. Des partenariats étroits avec les organismes de santé publique et communautaire offrent un contexte de prise en charge rapide pour faire face aux situations de crises psychosociales que peuvent vivre ces personnes.

Il est important de mentionner que ce service tient compte de toutes les demandes d'admission et qu'une entrevue est réalisée dans le milieu de vie de tous les candidats. Un soutien dans la communauté sera proposé aux candidats qui n'auront pas été admis. ■

## Aide alimentaire

Jeudi, le 17 juin

Une fois par mois  
À la paroisse  
Sacré-Cœur



Contactez : Hélène

## Accompagnement en voiture - Jean-Benoît Dion-Armand

Le service d'accompagnement en voiture s'adresse sans discrimination à toute personne vivant avec le VIH-sida en perte d'autonomie partielle (temporaire ou permanente). C'est-à-dire, toute personne qui ne peut se déplacer seule, sans l'aide ou la supervision d'autrui.

Implanté en décembre 1998, ce service n'a pas connu de transformation majeure ni dans sa raison d'exister ni dans sa façon d'être dispensé auprès de sa clientèle. Maison Plein Cœur compte grandement sur l'appui des bénévoles de ce service pour évaluer l'importance des nombreux transports effectués au cours de l'année. Certains n'utilisent que le service d'accompagnement en voiture parmi toute la gamme des services offerts par l'organisme.

Ce service contribue à la fidélité aux traitements médicaux et à l'observance de la médication. Il favorise l'accessibilité aux services de santé communautaire et publique pour les personnes isolées, principalement les membres des communautés ethnoculturelles ainsi que les femmes et leur famille.

Maison Plein Cœur dispose d'un



*Luce Michaud, récipiendaire du prix «Carburant humain» de l'accompagnement en voiture*

véhicule qui lui permet de répondre adéquatement aux urgences psychosociales de sa clientèle. Ce véhicule sert aussi à raccompagner à leur domicile les participants aux activités des services alimentaires. Les personnes vivant dans des maisons d'hébergement du réseau ainsi que les résidents de Maison Plein Cœur qui retournent vivre dans la communauté, bénéficient du véhicule pour le transport d'effets personnels légers. Parfois même, le véhicule est mis à la disposition de nos partenaires afin de les soutenir dans la réalisation de leurs activités extérieures. Maison Plein Cœur n'effectue aucun déménagement.

Si l'on devait envisager le retrait de ce service assorti d'un véhicule à temps complet à l'usage des diverses clientèles de Maison Plein Cœur, il faudrait remettre en question

l'existence sous sa forme actuelle de l'ensemble des services rendus par Maison Plein Cœur aux personnes vivant avec le VIH-sida.

Durant la dernière année, les bénévoles ont accompagné :

- des personnes qui vivent en maison d'hébergement, des femmes enceintes et des mères de famille avec leurs enfants à leurs rendez-vous médicaux ;
- des personnes qui reçoivent des examens et des traitements contre des maladies opportunistes (résonance magnétique, chimiothérapie, radiothérapie, protocole de recherche, résistance aux médicaments, etc.);
- des personnes à des rendez-vous psychosociaux ponctuels visant le retour à l'autonomie civique (visite de logement, sécurité sociale, défense de droits, permis de conduire, etc.) ;
- des groupes de personnes à partir des banques alimentaires.

Ce service a permis la coordination des rendez-vous avec les personnes vivant avec le VIH-sida et les professionnels de la santé et des services sociaux. ■



## Rencontre avec le bénévole de l'année - Robert Landry

À l'occasion de la semaine de reconnaissance de l'action bénévole, Maison Plein Cœur a organisé un gala de reconnaissance afin de souligner la qualité de l'engagement de plusieurs de nos bénévoles. Ainsi, un prix par secteur a été remis aux lauréats. Des noms tels qu'« Oreille attentive » ou « Robin des bois » de Maison Plein Cœur révèlent le caractère non officiel de ce gala. Il aurait fallu remettre un prix à chacun de nos bénévoles si nous avions voulu souligner l'excellent travail fait par chacun d'eux. Malheureusement, il a fallu choisir...

Avant de vous présenter notre lauréat «bénévole de l'année», j'aimerais vous parler de la réalisation des activités de visibilité. Une activité de visibilité est utilisée pour amasser de l'argent, mais aussi pour faire connaître Maison Plein Cœur et ainsi sensibiliser la population à la réalité des personnes vivant avec le VIH-sida. Pour réaliser ces activités, je collabore avec plusieurs bénévoles très engagés et dynamiques. Chacun coordonne une activité (par exemple, lavothon, dîner spaghetti, etc). C'est une occasion pour les personnes de connaître Maison Plein Cœur sous un angle différent et d'acquérir des connaissances qui leurs seront utiles dans d'autres contextes.

Permettez-moi maintenant de vous présenter une entrevue réalisée avec notre bénévole de l'année. En effet, Christian Brodeur, bénévole dans le comité de financement a reçu le prix « Robin des bois de Maison Plein Cœur » ainsi que celui de « Bénévole de l'année ». J'ai rencontré cet homme de 35 ans, dynamique et la tête pleine de projets, il y a quelque temps, afin de recueillir ses commentaires.

-Qu'est-ce que tu as ressenti en recevant prix et trophée ?

-J'étais gêné. Je ne pensais pas en recevoir deux. Au fond, tout le monde mérite un prix puisque chacun s'implique de bon cœur.



*Christian Brodeur, récipiendaire du prix «Robin des bois» du comité de financement et «Bénévole de l'année» de Maison Plein Cœur*

### Cheminement de Christian Brodeur

-Comment as-tu vécu l'annonce de ta séropositivité ?

-J'ai d'abord vécu une phase de négation. C'était au moment où chacun gardait le secret. C'était mal vu. Il y avait aussi la peur de perdre ses amis; le désir de vivre comme si c'était pas là. Puis l'acceptation. Le dévoilement est un problème moins présent maintenant.

Aujourd'hui ma famille et mes amis le savent. Je suis moins sensible au rejet. Je me fais plus de mal à me cacher qu'à le dire. La manière de l'annoncer est importante. Il est important d'être positif. Trouver un copain est quelque chose de plus difficile. J'ai fait le choix de chercher parmi les séropositifs. J'ai pourtant deux amis qui forment un couple sérodiscordant heureux.

-Qu'est-ce qui t'a amené à t'impliquer bénévolement à Maison Plein Cœur ?

-Un de mes amis fréquentait le centre de jour en 1993. Il m'en a parlé et je me suis immédiatement impliqué. J'ai fait des massages pendant huit ans mais j'ai dû arrêter pendant un an pour des raisons de santé. J'aime beaucoup donner de mon temps. Je me valorise en faisant quelque chose pour les autres. Je me sens utile. Je suis actif non seulement à MPC, mais aussi à Maison Latourelle, qui s'occupe de personnes souffrant de déficience intellectuelle.

Mon copain et moi travaillons ensemble depuis quelques mois au comité de financement. Chaque activité est un défi, puisque nous avons peu de moyens. Je travaillais autrefois dans une institution financière. Je connais bien le public et les questions d'argent.

### Activités de financement

Plusieurs bénévoles très dynamiques se sont engagés. Chacun coordonne une activité qu'il a lui-même suggérée : lavothon, dîner spaghetti, etc. L'occasion est unique pour ces personnes d'acquérir une expertise utile.

-Parle-nous de ta prochaine activité de financement.

-Il s'agit d'un dîner spaghetti qui aura lieu le vendredi 11 juin. C'est la première fois que j'organise un dîner. D'habitude, j'achète plutôt que d'aller quêter du matériel aux entreprises. J'espère que cela aura un grand succès car je veux organiser un dîner spag non stop l'année prochaine – tant qu'on aura de la sauce!

-Aimes-tu le travail d'équipe ?

-J'aime bien cela. Il faut que j'adapte mes méthodes de travail. Par exemple, je dois prendre l'habitude de tout mettre par écrit. J'aime travailler avec d'autres personnes. Chacun se complète. J'apporte quelque chose et je reçois en retour. J'apprends des trucs. ■

### ATTENTION

Veuillez noter que le service d'accompagnement en voiture sera fermé pendant la période des vacances de la construction, soit du 19 au 30 juillet 2004. Merci de votre collaboration! Bon été à tous!



Jean-Luc Labbé, récipiendaire du prix «Mains dorées» de la massothérapie



Le quille-o-thon du Salon de quille du Centre du Domaine, organisé par le comité de financement, le 6 mars dernier



La soirée hommage aux héros, du 25 mars dernier

On ne peut parler de Maison Plein Cœur sans mentionner le centre de jour et l'on ne peut parler de ce centre sans nommer Sœur Marie-Anna qui accueille tout le monde, depuis belle lurette, tous les vendredis.

Mais laissez-moi vous décrire ses paroles et ses gestes. Premièrement, sa simplicité et sa sincérité m'ont épatée lorsque je l'ai rencontrée pour rédiger cet article. Sœur Marie-Anna, femme de cœur, est impliquée au conseil d'administration de Maison Plein Cœur depuis huit ans en plus d'être dans la corporation depuis six années. Je lui ai demandé ce que représente le centre de jour pour elle. Elle me regarde, très calme et me répond : «C'est un lieu d'échange et de partage, de rencontre. Cet endroit répond à un besoin; les gens viennent ici pour parler, partager un vécu; c'est un lieu de référence.»

Elle suit avec eux, les bras et le cœur ouverts, l'évolution de leur maladie; elle les écoute et les aide à dédramatiser certaines situations... afin que ceux et celles qui fréquentent le centre de jour se sentent chez eux. Les gens reviennent, précise-t-elle. Elle rencontre souvent de nouvelles personnes qui se joignent aux habitués du centre de jour.

Sœur Marie-Anna, qui est pour moi un exemple de dévouement, donne en plus, aux personnes qui le veulent bien, de l'information sur Maison Plein Cœur et plusieurs autres organismes. Je mise sur la qualité de l'être, me dit-elle. Ça compte plus que ce que l'on fait. Je ressens les personnes. Je ne fais pas grand-chose, ajoute-t-elle, le sourire aux lèvres.

Sœur Marie-Anna a reçu le prix de la



Sœur Marie-Anna Boissé, récipiendaire du prix «Oreille attentive» du centre de jour

personne la plus dévouée au centre de jour et elle le mérite amplement. « Ça m'a fait plaisir de recevoir ce prix. C'est valorisant. Un beau geste de reconnaissance.»

Enfin, je ne peux vous quitter sans affirmer que ce merveilleux petit bout de femme, religieuse depuis 60 ans, est un puits dans un désert et une main tendue vers des gens qu'elle aime profondément. Chapeau à sœur Marie-Anna et à toutes les autres personnes qui, comme elle, donnent régulièrement de leur temps et de leur amour au centre de jour de Maison Plein Cœur! ■

**Le centre de jour Roger Poirier est ouvert 7 jours par semaine de 13h00 à 17h00.**

Assis paisiblement, je regarde par la fenêtre de mon bureau en prenant une tasse de thé au jasmin. Je retrouve en face de chez moi cet arbre que j'observe depuis tant d'années. Je dois dire que ce vieux compagnon de silence m'a déjà beaucoup appris sur la vie en l'observant au fil des saisons. Il vit dans la rue quel que soit le temps qu'il fait alors que moi... Aujourd'hui, il a revêtu son manteau de printemps. D'un vert éclatant, mon arbre est maintenant prêt pour accomplir sa mission durant la belle saison. Sa fragilité et sa force m'inspirent également. C'est comme s'il me disait : « Voici mes nouvelles feuilles, je suis toujours vivant! Je suis content d'être là avec vous! Maintenant, je vais pouvoir faire ce pourquoi j'existe dans le monde! ». Quand je l'aperçois, cela résonne très fort en moi car après un dur hiver, c'est justement ce que je ressens quand je pense au tai chi taoïste que je pratique depuis six ans.

Cet art de santé m'a permis de reprendre contact avec mon corps, de briser l'isolement et de m'éloigner progressivement de la mort qui a bien failli m'emporter en 1995. En effet, mon système immunitaire s'était alors effondré et j'ai fait une grave méningite. Dès que j'ai pu me remettre sur pieds, le tai chi a fait partie des moyens que j'ai pris pour améliorer ma santé. Peu à peu, j'ai retrouvé une profonde détente et beaucoup d'énergie. J'ai grandement amélioré ma condition physique et mentale. Des professionnels de la santé me l'ont confirmé. Le nombre de mes cellules T4 a remonté à des sommets inespérés. Ma charge virale est toujours indétectable et les effets secondaires des traitements anti-VIH sont limités.



Martin Mailloux, récipiendaire du prix «Moment de vie» du groupe de tai chi

Puis un jour, j'ai accepté de devenir instructeur de tai chi dans les classes réservées aux personnes vivant avec le VIH-sida malgré les nombreuses difficultés liées à ma condition de santé. Désormais, je peux aider les autres dans la mesure de mes capacités et me sentir utile à la communauté. J'ai la chance d'avoir le généreux soutien des instructeurs de la Société de tai chi taoïste qui m'encouragent à continuer tout en tenant compte de mes limites. Ils sont toujours là avec moi dans les cours et ils me remplacent quand je ne vais pas bien. Je peux compter également sur le support indéfectible des intervenants de Maison Plein Cœur. J'ai trouvé un moyen de me réinvestir dans la vie avec le tai chi taoïste et une centaine de personnes séropositives ont déjà emprunté ce chemin avec moi jusqu'à maintenant. Je suis très reconnaissant à Maison Plein Cœur de m'offrir un

environnement soutenant et les ressources nécessaires pour continuer à développer ce service à la communauté.

En terminant, j'aimerais vous parler encore de mon arbre. Il a des trous dans son beau manteau qui témoignent de ses blessures du passé. Il a des branches cassées mais il a su se refaire une vie malgré les pertes. En fait, il n'est pas du tout comme les autres arbres. Il affiche dans son corps les stigmates d'une dure épreuve, celle d'avoir été touché gravement par la tempête du verglas. Et pourtant, à mes yeux, c'est ce qui fait toute sa valeur et toute sa beauté. Il est resté debout!

Pour la saison estivale, les cours de tai chi font relâche. Par ailleurs, des pratiques dans les parcs auront lieu les soirs de beau temps, les mardis et jeudis vers 19h.

La prochaine session de cours de tai chi taoïste pour les PVVIH-sida débutera le mardi après-midi 14 septembre à 15h30 et le jeudi soir 16 septembre à 19h.

Inscription et renseignements : Maison Plein Cœur (514) 597-0554. Bon été à tous! ■

**ATTENTION**

Veillez noter que le service de massage sera fermé du 27 juin au 3 juillet ainsi que pendant la période des vacances de la construction, soit du 19 au 30 juillet 2004. Merci de votre collaboration!