

Hiver 2021

REMAIDES

#36
Québec



Comité de rédaction : Serge-Antoine Belley, Denis-Martin Chabot, Daniel-Claude Gendron, Marie-Élaine LaRochelle, René Légaré, Laurette Lévy, Yolaine Maudet, Cassandra Therrien

Relecture des textes : Marie-Élaine LaRochelle, René Légaré, Laurette Lévy, Yolaine Maudet, Cassandra Therrien

Coordination éditoriale :
René Légaré, T. : 514 844 2477, poste 30;
Courriel : rene.legare@cocqsida.com
Marie-Élaine LaRochelle, T. : 514 844 2477, poste 29;
Courriel : remaides@cocqsida.com

Diffusion et abonnements :
Marie-Élaine LaRochelle, T. : 514 844 2477, poste 29;
Courriel : remaides@cocqsida.com

Mise en page : Zone créative | zonecreative.ca

Photos et illustrations : Zone créative, Adobe Stock.

Impression : Ressource,
1282, Montée Masson, Terrebonne
(Québec) J6W 6A6
Quadrimestriel. Tirage : 1650 ex.

Les articles publiés dans *Remaides Québec* peuvent être reproduits avec mention de la source. La reproduction des photos, des illustrations et des témoignages est interdite, sauf avec accord de l'auteur-e.

Limites de responsabilité : Toute information touchant le VIH/sida et son traitement ne prétend pas remplacer l'avis d'un-e professionnel-le de la santé spécialisé-e dans ce domaine. Il ne s'agit pas de conseils médicaux. Toute décision concernant votre traitement doit être prise en collaboration avec un-e professionnel-le de la santé spécialisé-e en VIH/sida.

Toute information juridique contenue dans cette revue ne peut être interprétée comme une opinion juridique. Si vous souhaitez obtenir des renseignements d'ordre juridique vous concernant, vous devez consulter un-e avocat-e à cette fin. Vous pouvez aussi communiquer avec VIH INFO DROITS :

T. : 1 866 535 0481, poste 34;
Courriel : vih-infodroits@cocqsida.com

Bien que l'information dans cette revue se veuille la plus actuelle, complète et exhaustive possible, nous ne pouvons en garantir l'exactitude. Les organismes et collaborateur-trices partenaires de cette publication n'assument aucune responsabilité quant à l'usage des renseignements que l'on y retrouve. Ils et elles déclinent toute responsabilité quant au contenu des références citées.

Par souci d'inclusion, *Remaides Québec* utilise le point médian « · » pour intégrer le féminin à l'écrit. Le but est de cesser l'emploi du masculin générique et de rendre visible la présence des femmes.



III Édito

D'une aventure à l'autre
Par Laurette Lévy et René Légaré

V Brèves Quoi de neuf doc ? Par René Légaré

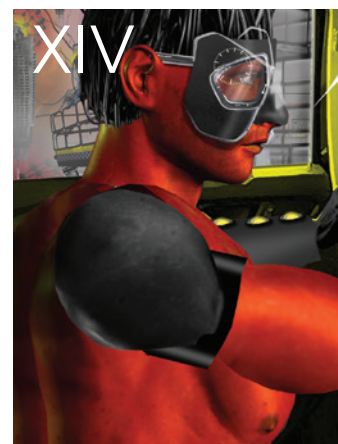
VI Dossier Une rétrospective de *Remaides Québec* Par René Légaré et Laurette Lévy



XI Dossier Vivre avec le VIH en temps de COVID-19 Par Denis-Martin Chabot

XIII Brèves Intérêt de connaître Par René Légaré

XIV BD Super-Séro Reconnaître et encourager Par Daniel-Claude Gendron



D'une aventure à l'autre



C'EST AVEC LE CŒUR GROS QUE NOUS VOUS ANNONÇONS QUE CE 36E NUMÉRO DE *REMAIDES QUÉBEC* CONSTITUE LA DERNIÈRE ÉDITION À PARAÎTRE, METTANT FIN À UNE BELLE AVENTURE QUI A DURÉ PLUS DE TREIZE ANS. MAIS QUELLE AVENTURE !

Elle débute à Paris en 2007. AIDES et la Coalition des organismes communautaires québécois de lutte contre le sida (COCQ-SIDA), qui collaborent depuis plusieurs années, décident de créer une version québécoise de *Remaides*, un magazine qui s'adresse aux personnes vivant avec le VIH. À ce moment, l'édition française de *Remaides* ne compte pas moins que de 44 000 abonnés-es.

Mandaté par la direction de la COCQ-SIDA, René Légaré, coordonnateur des communications, se rend plusieurs fois dans l'Hexagone pour rencontrer celui qui deviendra le mentor du projet : Jean-François Laforgerie, éditeur en chef de *Remaides*. C'est auprès de lui que René acquiert ses connaissances et développe ses compétences en édition. C'est aussi avec lui que les premiers numéros de *Remaides Québec* seront bouclés et que sera conclue l'entente partenariale. Ensemble, René et Jean-François aplaniront certaines disparités portant notamment sur les règles de rédaction, qui diffèrent d'un pays à l'autre.

Le deuxième chapitre de l'aventure de *Remaides Québec* s'amorce le jeudi 21 février 2008. En cette froide journée d'hiver

sont réuni-es les pionnier-ères du comité de rédaction : Olivier Dumoulin, Maryse Laroche, René Légaré, Laurette Lévy, feu Albert Martin et Christine Vézina, qui ont élaboré le contenu de la toute première édition du magazine. Nous voulons spécialement nommer l'apport indispensable d'Albert Martin, auteur et créateur de la radio Fréquence VIH, qui a partagé ses compétences aux membres du comité avec humour, et leur a insufflé son incroyable énergie.

Au fil du temps, notre comité de rédaction, très dynamique, est parvenu à voler de ses propres ailes. C'est grâce à lui que l'aventure de *Remaides Québec* a pu se poursuivre jusqu'à aujourd'hui.

Conçue dans le but premier de donner la parole aux personnes vivant avec le VIH, cette revue leur a aussi offert des informations d'intérêt scientifique, communautaire ou juridique, dans un format au visuel innovant. Pensons notamment à la bande dessinée « Super Séropo » de Daniel Claude Gendron (voir page XIV).

Avec notre approche axée sur les expériences vécues des personnes séropositives au Québec, nous avons su nous démarquer des publications de type médical en offrant une tribune dans un style plus direct, plus proche des gens. Dans les pages de *Remaides Québec*, nous n'avons jamais hésité à ouvrir le débat ou à soulever la polémique concernant telle politique ou telle mesure pouvant affecter les personnes atteintes ou leur entourage.

Selon les intervenant-es des cliniques médicales et organismes communautaires qui reçoivent nos numéros, nos 1700 copies papier – souvent échangées entre lecteurs et lectrices – ont toujours été vivement appréciées. L'abonnement à notre version en ligne n'a cependant jamais pris son essor.

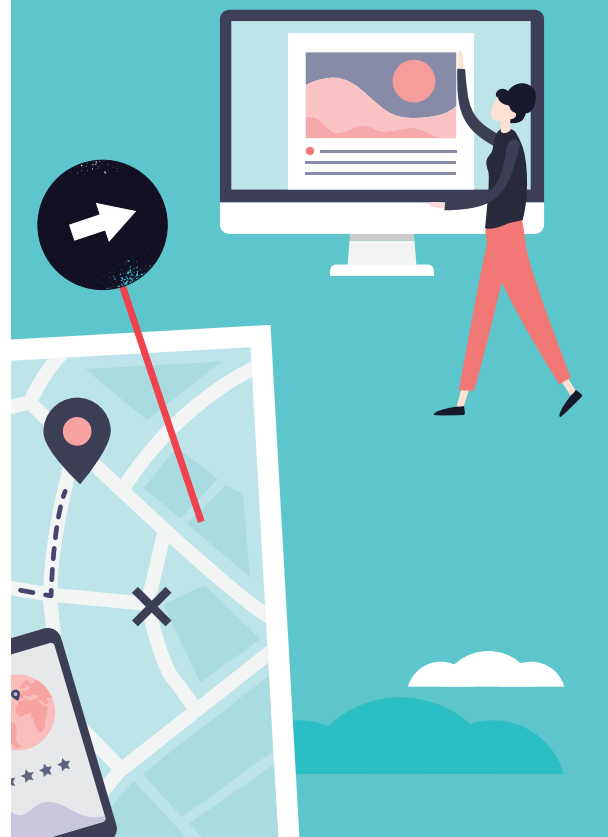
Pas assez connu et ne correspondant plus exactement au style de communication actuel, *Remaides Québec* a aussi eu du mal à se renouveler et à innover, pour permettre à celles et ceux qui s'expriment autrement que par l'écrit d'y trouver leur place.

Nous nous sommes également rendu compte que notre comité – bien que très majoritairement composé de personnes vivant avec le VIH – ne représentait pas suffisamment la multiplicité des expériences que l'on trouve au Québec. Il demeure formé de personnes blanches, éduquées et relativement privilégiées.

Reste que nous avons toujours tenté – par l'intermédiaire d'entrevues, de présentation de recherches et de divers témoignages – de mieux faire connaître la réalité de toutes les populations touchées par l'épidémie au Québec. À de nombreuses reprises, des personnes issues des « populations clés » ont contribué à la rédaction d'articles, soit pour parler de la crise des surdoses (N°33), de la discrimination en milieu de travail (N°22) ou de l'évolution des besoins en matière d'habitation (N°9). Mais ces personnes n'ont jamais désiré devenir membres à part entière du comité de rédaction.

Nous y voilà donc. Une grande aventure qui tire à sa fin. Une aventure fort enrichissante, au sein de laquelle de nombreux défis ont été relevés. Un magazine de qualité. Un comité dynamique, impliqué, maintes fois renouvelé. Treize années de production. Un 36^e et dernier numéro de *Remaides Québec*.

jesuisseropo.org



C'est avec un pincement au cœur que nous vous disons au revoir. Mais c'est avec l'œil brillant que l'on vous dit à très bientôt, car les membres du comité de rédaction seront partie prenante du travail de revitalisation de l'espace web www.jesuisseropo.org dans lequel nous transposerons l'esprit et la philosophie de *Remaides Québec*.

Les dernières lignes de cet éditorial visent à rendre hommage à tous-tes ceux et celles qui ont contribué à la réussite de *Remaides Québec*. Merci aux membres passé-es et actuel-les du comité de rédaction, aux collaborateur-trices régulier-ères et ponctuel-les, ainsi qu'à toutes les personnes qui nous ont accordé des entrevues. **Finissons avec une ovation debout pour toutes les personnes vivant avec le VIH et leurs proches qui ont accepté de témoigner de leurs expériences et de leur vécu dans nos pages. Vous lire aura toujours été notre plus grand privilège.**

**Par Laurette Lévy et René Légaré
pour le comité de rédaction de *Remaides Québec***



Quoi de neuf doc ?

L'autotest de dépistage du VIH, enfin disponible !

Le 2 novembre 2020, Santé Canada a approuvé l'utilisation et la vente de l'autotest de dépistage INSTI®. Il s'agit d'un test de dépistage du VIH autoadministré qui, par l'analyse d'une goutte de sang, permet d'obtenir le résultat à l'intérieur d'une minute. Produit par Biolytical, une firme canadienne, ce test est facile à utiliser et est reconnu comme fiable et sécuritaire.

Pour se le procurer, nul besoin d'un rendez-vous avec un-e professionnel-le de la santé ou d'une ordonnance médicale. Il suffit, pour le moment, de le commander en ligne sur le site de la compagnie (www.insti.com/hiv-self-test).

Des études ont démontré que ce nouveau type de test :

- Offre une alternative au test de dépistage en milieu clinique ;
- Rend le dépistage accessible à des populations à risque d'infection au VIH qui ne fréquentent pas le réseau de la santé par crainte d'être jugées ou discriminées (souvent à cause d'expériences passées), ou par crainte d'impacts sociaux négatifs si elles passent un test de dépistage dans le réseau de la santé (ex. : impact sur le statut d'immigration, le travail, la garde des enfants) ;
- Permet d'augmenter la fréquence du dépistage au sein des populations à risque d'infection au VIH ;
- Permet une prise en charge médicale rapide des personnes qui ont obtenu un résultat positif, ce qui diminue la période de transmissibilité du VIH.

De plus, dans le contexte actuel de la pandémie de COVID-19, où il est difficile, voire impossible, d'obtenir un test de dépistage du VIH, l'arrivée sur le marché d'un tel test permet de maintenir un tant soit peu l'offre de dépistage, d'alléger la charge de travail du réseau de la santé et de respecter les consignes de distanciation physique.

Cependant, l'autotest INSTI® n'est pas donné. Son coût, taxes incluses, s'élève à environ 60\$ dépendamment du lieu de livraison, et il n'est disponible qu'en ligne. Ces deux faits constituent des barrières qui ne permettront pas un accès universel à ce type de test, diminuant ainsi les chances d'atteindre les populations qui en bénéficieraient le plus.

Reste aussi à savoir si le réseau de la santé pourra accueillir rapidement les personnes qui obtiendront un résultat positif, afin de confirmer ce résultat par un test de dépistage standard et leur offrir, si diagnostic confirmé, soins et traitements efficaces pour qu'elles puissent vivre longtemps et en bonne santé, sans risque de transmettre le virus.

Par René Légaré



Une rétrospective de *Remaides Québec*



C'EST AVEC TRISTESSE QUE NOUS VOUS ANNONÇONS LA FIN DE *REMAIDES QUÉBEC*. CE 36E NUMÉRO CLÔT UNE AVENTURE QUI A DURÉ PLUS DE TREIZE ANS. TREIZE ANNÉES DURANT LESQUELLES L'ÉQUIPE ÉDITORIALE A ŒUVRÉ AVEC PASSION À VOUS INFORMER SUR DIVERS SUJETS. NOUS VOUS PRÉSENTONS DANS CE DOSSIER LES FAITS SAILLANTS QUI ONT JALONNÉ CETTE ÉPOPÉE.

Les premières années...

2007 : Séjour à Paris pour créer la version québécoise de *Remaides*, un magazine par et pour les personnes vivant avec le VIH édité par AIDES en France.

Février 2008 : Par une froide journée d'hiver, première rencontre du comité éditorial de *Remaides Québec*. Siégeaient alors au comité Olivier Dumoulin, Maryse Laroche, René Légaré, Laurette Lévy, feu Albert Martin et Christine Vézina.

Automne 2008 : Publication de la toute première édition de *Remaides Québec*, dans laquelle il est question de la criminalisation du non-dévoilement du VIH, d'un retour sur le forum 2007 « Entre-nous, on se dit tout », de l'organisation d'un comité de travail pour la création de la Déclaration des droits et responsabilités des personnes vivant avec le VIH, et de l'organisation de la journée Projet Action Sida Femmes (PASF).

Été 2009 : Nouvelle rubrique dans le quatrième numéro de *Remaides Québec* intitulée « L'art à l'heure du VIH ». La première œuvre à y être publiée s'intitule Betty Crocker, une création de Jean-Pierre Pérusse et Bob Hendricks. Depuis ce temps, pas moins de dix œuvres ont été publiées : sept peintures, photomontages et collages; un poème; une courtepoinette et une bande dessinée.



Crédit photo : René Légaré



Betty Crocker, 2008, Jean-Pierre Pérusse et Bob Hendricks, *Remaides Québec* N°4



Une autre chapelle, 2008, Daniel-Claude Gendron, *Remaides Québec* N°5

Albert Martin

a été le mentor du comité de rédaction de *Remaides Québec* à ses débuts. Merci Albert!



On ne peut passer sous silence tout le travail réalisé par les membres passé-es et actuel·les du comité de rédaction. Merci à :

Sylvain Beaudry, Serge-Antoine Belley, Denis-Martin Chabot, Olivier Dumoulin, Daniel-Claude Gendron, Jean-François Laforgerie, Maryse Laroche, Marie-Élaine LaRochelle, Yves Lavoie, René Légaré, Laurette Lévy, feu Albert Martin, Yolaine Maudet, Maroussia Méliá, Corinne Parmentier, Cassandre Therrien et Christine Vézina.



Albert Martin

Crédit photo : Pierre Dalpé



Saviez-vous que

Remaides Québec a publié des petites annonces dans ses premières éditions? Très populaires dans la version française, mais peu prisées au Québec, ces publications ont cessé dès la parution de notre septième numéro.

Mention spéciale

Nous voulons également souligner le travail d'Élise Lagacé, graphiste, qui a maqueté les 36 éditions de *Remaides Québec*. De numéro en numéro, elle a su nous impressionner par la qualité de son travail. Merci Élise.

101:

nombre de témoignages publiés au cours de ces treize années.



Illustration : Olivier Dumoulin

Témoigner, c'est s'ouvrir à l'autre.

C'est rendre publique sa vie pour sensibiliser et transformer le monde. Témoigner est un acte respectueux. À vous tous-tes qui avez témoigné dans *Remaides Québec*, nous vous disons humblement MERCI.

Sujet le plus couvert au cours des treize années de *Remaides Québec* : la criminalisation du non-dévoilement du VIH.

Plus grand nombre de textes (éditorial, dossier, brève) visant une population spécifique : *ex-aequo*, douze textes concernant les femmes vivant avec le VIH, et douze concernant les personnes utilisatrices de drogues.



Entrevues

Illustration : Olivier Dumoulin



Criminalisation du non-dévoilement

Illustration : Olivier Dumoulin



Santé des personnes vivant avec le VIH

Paru dans Remaides (tronc commun) No73, Hiver 2009.
Illustration : Yul Studio

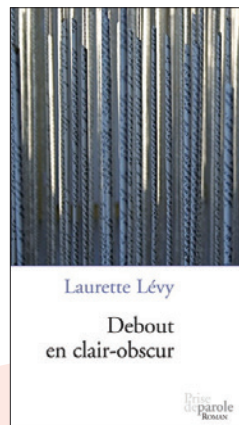
36:

nombre de fois où un-e spécialiste a écrit ou a été interviewé-e dans *Remaides Québec*.
Nous les remercions pour leur précieuse collaboration.

Mention spéciale

Une mention plus qu'honorable et de chaleureux remerciements à Laurette Lévy, chercheure et auteure du roman *Debout en clair-obscur*, qui a cru en cette aventure et y a participé depuis ses débuts.

Par le comité de rédaction



Roman de Laurette Lévy



18:

nombre de sujets différents touchant à la santé des personnes vivant avec le VIH qui ont été couverts dans *Remaides Québec*. Nommons notamment la prévention positive, la santé du cerveau, les traitements et leurs effets secondaires, la santé mentale et le cannabis médical.

Le défi d'Édith

Édith est une sexologue qui, lors de ses études à la maîtrise, a relevé le défi de porter un t-shirt sur lequel étaient inscrits les mots « Je suis séropo ». Le but de ce défi était d'observer les réactions des personnes côtoyées et d'entamer une discussion sur la stigmatisation liée au VIH.

À notre grande surprise, Édith nous a proposé de relever le défi non pas une, mais six fois ! Au cours d'une même année, elle a porté le t-shirt dans six lieux différents et a tiré des bilans de son expérience.

Redécouvrez le compte-rendu du « défi d'Édith » dans *Remaides Québec* N°23, Printemps 2016.



Les collaborateurs·trices

Crédit photo : Édith Gauthier

36 numéros, 36 éditoriaux

À plusieurs reprises, le comité de rédaction de *Remaides Québec* s'est exprimé sur des sujets d'actualité. Nous avons aussi offert cette tribune à divers-es spécialistes.

Entre autres, nous nous sommes insurgé-es contre le refus d'ouvrir des services d'injection supervisée (N°2, Hiver 2008), contre une décision de la Cour suprême concernant un cas de criminalisation du VIH (N°14, Hiver 2012), contre l'obligation de se dévouer (N°3, Printemps 2009), et contre les discriminations en emploi (N°22, Hiver 2015). Sans compter que nous avons reconnu et défendu Indétectable = Intransmissible (N°27, Été 2017).



⁽¹⁾ Pour plus d'infos sur l'Institut de développement du leadership positif (IDL), visitez <http://idl.info>

Les Indétectables. Paru dans *Remaides Québec* N°31, Hiver/Printemps 2019
Crédit photo : Nadia Guillemette

Merci

aux adjoint-es aux communications qui ont passé à la COCQ-SIDA depuis 2007 : Bruno, Corinne, Maroussia et Yolaine. Et merci à l'adjointe actuelle, Marie-Élaine. Sans leur travail, les éditions de *Remaides Québec* n'auraient jamais vu le jour.

Mention spéciale

Ne passons pas non plus sous silence tout le travail réalisé par René Légaré, l'éditeur de *Remaides Québec* depuis son tout premier numéro. Nous lui adressons nos remerciements les plus sincères pour son professionnalisme et son implication sans faille, année après année.

Par le comité de rédaction

Par René Légaré et Laurette Lévy



Vivre avec le VIH en temps de COVID-19

FRANÇOISE (PRÉNOM FICTIF) A EU LA FROUSSE DE SA VIE. PAS QUAND C'EST ARRIVÉ. APRÈS.

Un jour d'avril, son fils qui habite avec elle toussait. Une grosse toux sèche. Et il était fiévreux. En plein confinement de la pandémie de la COVID-19, Françoise, qui vit avec le VIH depuis 19 ans, n'a pas pensé que ce pouvait être ça. Pourtant son fils, en raison de son travail jugé essentiel, devait sortir régulièrement de la maison. Il s'exposait bien malgré lui, bien malgré toutes les précautions qu'il prenait. « Je connaissais les symptômes de la COVID-19, dit-elle, je savais que c'était sérieux. Je faisais attention. Mon fils aussi. Mais on n'a pas vu ça venir. »

Quelques jours plus tard, Françoise, qui est aussi diabétique, greffée du rein et souffre d'hypertension, toussait également d'une toux sèche. Et puis la fièvre. Elle était si malade qu'on a dû la conduire à l'hôpital. Son état s'est rapidement détérioré et elle est tombée dans le coma. Elle a été transférée aux soins intensifs. Son coma a duré deux mois. « Je ne me souviens de rien de tout ça. À partir du moment où je suis tombée dans le coma, jusqu'à mon réveil. »

Heureusement pour Françoise, des intervenantes d'un organisme d'aide aux personnes vivant avec le VIH, Maison Plein Cœur, ont pris soin de ses affaires pendant ce temps.

À son réveil, ce n'était pas fini pour elle. Elle a dû faire de la réadaptation. Elle avait été intubée et n'avait pas bougé pendant tout ce temps. « Quand on m'a raconté ce qui m'est arrivé, j'ai eu la peur de ma vie! » Françoise a pu compter encore une fois sur Maison Plein Cœur pour la soutenir pendant sa convalescence. Des intervenantes l'ont accompagnée à ses rendez-vous médicaux. Elles l'ont aidée avec du dépannage alimentaire.

La situation de Françoise est extrême. Ce n'est pas le cas de la plupart des personnes vivant avec le VIH. « On observe que les personnes vivant avec le VIH qui ont une charge virale indétectable et un compte de CD4 normal (entre 600 et 1200 CD4 dans un millilitre cube



de sang, ndlr) ne semblent pas plus à risque de contracter la COVID-19 ou, du moins, qu'elle soit plus sévère que les autres », explique la D^{re} Sarah-Amélie Mercure, responsable médicale du service ITSS (infections transmissibles sexuellement et par le sang) et réduction des méfaits à la Direction régionale de santé publique de Montréal.

Par contre, parmi les survivant-es des premières heures du VIH qui sont âgés de plus de 70 ans, beaucoup ont d'autres problèmes de santé qui les mettent plus à risque de développer des formes plus graves de la maladie. Pour ces raisons, ces personnes ont dû s'isoler depuis le début de la pandémie.

C'est le cas de Léo qui, à l'âge de 72 ans, a connu les premières heures de la pandémie du VIH dans les années 80 et 90. « On était comme des pestiférés. On ne voulait pas nous voir. Nous étions exclus et isolés », dit-il. « Puis là, j'ai l'impression de revivre ça. » Malgré les avertissements, depuis le début des consignes, il sort régulièrement prendre l'air et voir des amis dans un parc. Il porte le masque quand il ne peut pas maintenir la distance physique requise. « À l'âge que j'ai, passer un an isolé, c'est non. Je ne suis pas capable. Je ne vais pas mourir d'ennui dans mon appartement. »

Le cas de Léo n'est pas isolé. Beaucoup de personnes vieillissant avec le VIH vivent difficilement l'isolement imposé par la COVID-19. Les organismes communautaires VIH ont dû faire preuve de créativité pour répondre à ces nouveaux besoins en créant des programmes virtuels ou en présentiel (respectant les consignes sanitaires) pour briser l'isolement. Certains ont même dû créer des programmes de distribution alimentaire et d'aide financière, car beaucoup de personnes séropositives se sont retrouvées dans la précarité avec la pandémie.

Par Denis-Martin Chabot



Intérêt de connaître



De gauche à droite : Charlotte Guerlotté, coordonnatrice de la recherche communautaire de la COCQ-SIDA, Timothy Ray Brown et le D^r Jean-Pierre Routy à la conférence internationale AIDS 2018 à Amsterdam. Crédit photo : Charlotte Guerlotté

Timothy Ray Brown n'est plus.

En septembre dernier, Timothy Ray Brown, également connu sous le nom de « patient de Berlin », est décédé à l'âge de 54 ans des suites d'une récidive d'un cancer.

Américain d'origine, Brown a été la première personne au monde à guérir d'une infection au VIH. Séropositif depuis 1995, il avait reçu, en 2006, un diagnostic de leucémie alors qu'il habitait à Berlin. De multiples opérations ont suivi, dont deux greffes de cellules souches qui étaient naturellement résistantes contre le VIH. Deux ans plus tard, en 2008, le médecin de Brown confirmait à ce dernier qu'il était remis de son cancer et guéri du VIH.

Malheureusement, au début 2020, la mauvaise nouvelle tombe. « Au cours des six derniers mois, Monsieur Brown a vécu une résurgence de la leucémie qui a attaqué sa moelle épinière et son cerveau. Néanmoins, il est demeuré séronégatif au VIH », a précisé la Société internationale sur le sida (IAS) dans un billet de blogue publié suivant son décès.

Pour consulter le billet sur le blogue de l'IAS : bit.ly/IAS_TimothyRayBrown

Par René Légaré

SUPER SÉROPO

reconnaître et encourager

Notre super-héros a frôlé la mort. Intoxiqué au Fentanyl, Super-Sérope a été sauvé par Naloxone, un intervenant communautaire. Aujourd'hui, il termine une cure fermée dans un centre de détoxification de la ville de Métabolisme. Notre rescapé de la mort participe à une dernière rencontre de groupe.



Je tiens à vous remercier du plus profond de mon être. Sans vous, je crois que je ne me serais pas relevé. Merci d'avoir été là, et de m'avoir écouté. Je n'oublierai jamais le temps que nous avons passé ensemble à communiquer.

© SUPER-SÉROPO



J'ai maintenant la force de me battre.

Qu'est-ce que tu retiens de ton passage ici ?



Le courage, la résilience et des rencontres extraordinaires.

SUPER-SÉROPO

DIGNITÉ



J'ai peur... j'ai peur de passer la porte et de ne plus jamais vous... vous revoir.



GROUP HUG!

Vous allez me manquer terriblement !

Nous allons nous revoir, je le sais... mais nous allons nous revoir autrement.



Quelques minutes plus tard...

TAXI!



Chauffeur, je n'ai pas d'adresse précise. Est-ce qu'on pourrait juste faire le tour de la ville ?

Mais bien sûr ! Vous pouvez m'appeler Covid, monsieur. COVID 19...

metabolisme.ca



A SUIVRE... AUTREMENT

On commence ensemble une nouvelle aventure !

Remaides Québec, dans sa forme actuelle, cesse d'exister. Mais son âme et son cœur vont vibrer encore... sur **jesuisseropo.org** !

L'équipe de *Remaides Québec* va demeurer en place pour continuer à vous offrir des textes sur toutes les facettes de la vie avec le VIH, incluant les dernières actualités scientifiques et communautaires.

Et on vous amène avec nous !

Par défaut, les abonné-es de *Remaides Québec* recevront toutes les infos concernant la relance du blogue Je suis séropo. Surveillez donc votre boîte aux lettres au cours des prochains mois !

Au plaisir de poursuivre la route ensemble...
et merci pour toutes vos années de fidélité.



jesuisseropo.org



Vous ne souhaitez pas continuer le voyage avec nous ?

SVP envoyer un courriel à remaides@cocqsida.com en précisant votre nom et votre adresse pour qu'on vous retire de notre liste d'envoi.

Vous pouvez aussi nous écrire à :

Remaides Québec,
1, rue Sherbrooke Est,
Montréal (Québec) H2X 3V8

La vaccination,
la meilleure protection

Vaccin contre le pneumocoque



Le risque de décès à la suite d'une infection à pneumocoque est plus grand pour les personnes atteintes du VIH/Sida.

Pour recevoir le vaccin polysaccharidique gratuitement, informez-vous auprès de votre CLSC ou de votre médecin lors de votre prochaine visite.

Vous pouvez le recevoir en même temps que celui contre la grippe.

quebec.ca/pneumocoque

Votre
gouvernement

Québec 