

TOI ET MOI

Bulletin d'information des Habitations Partagées de l'Outaouais



Les Habitations partagées
de l'Outaouais



Mot du directeur

Par Pierre Gendron

Bonjour à toutes et à tous,

Quelle joie de pouvoir communiquer avec vous par l'infolettre **Toit & moi**. Elle nous permet de demeurer en contact et de vous tenir informés des dernières nouvelles au sein des Habitations.

Je vous annonce que nous avons fait l'ajout d'une **agente de recherche et en développement en innovation sociale** depuis le 7 août dernier au sein de l'équipe. Je tiens à vous informer qu'elle va assurer les activités de recherche au développement des services des Habitations en plus de concerter auprès des différents partenaires du milieu pour faire valoir le partenariat et favoriser le développement régional en matière d'habitation. De plus, elle va nous offrir une assistance professionnelle au sein de l'équipe ainsi qu'aux partenaires.

J'aimerais profiter de cette opportunité pour féliciter **Madame Christiane Charron** en tant qu'agente de recherche. Elle a déjà pris des actions proactives tant auprès de l'équipe en place qu'aux consultations auprès des différents partenaires du milieu pour arriver à nos fins pour ce qui est de notre calendrier des réalisations 2023-2025 suite au plan stratégique triennal.

De plus, nous tenons à vous informer que **Madame Diane Barbeau** a comblé le poste de **Madame Boly Baro** en tant que coordonnatrice à l'accompagnement et cohabitation suite à son congé de maternité soit le début de mai dernier. De plus, vous avez pu remarquer qu'il y a eu des changements internes pour ce qui est des responsabilités soit Madame Luciane Leme est responsable du service de cohabitation uniquement et que Madame Diane Barbeau est maintenant responsable des services d'accompagnement et d'aide au déménagement (Bons compagnons) depuis juin dernier. En terminant, je tiens à vous informer que cette réorganisation s'annonce de bon augure, n'hésitez pas de nous relancer si vous avez besoin nos services.

Je tenais à vous informer que depuis le 22 septembre dernier, nous étions dans l'obligation de mettre en place une politique en matière de protection des renseignements personnels et d'identifier le responsable de la protection des renseignements personnels, dont moi-même. De plus, je vous souligne que nous étions dans l'obligation d'intégrer un gestionnaire de consentement et l'ajout d'une politique de confidentialité sur le site. En terminant, je tiens à vous informer que vous allez recevoir par courriel de notre part la mise en application de la **loi 25** et en visitant notre site dont un avis d'acceptation sera exigé pour poursuivre la visite.

Profitez de cette longue fin de semaine pour faire des activités à l'extérieur suite aux températures hors de l'ordinaire et laissez-vous vous emporter par des magnifiques couleurs de l'automne!

En terminant, nous sommes toujours là pour vous desservir, n'hésitez pas à faire appel à nos services, car votre bien-être nous habite toujours.

Actions de visibilité de l'organisme

Grand-rendez-vous des aînés

Pour une seconde année, l'équipe de HPOU teindra un kiosque d'information au **Grand rendez-vous des aînés** qui aura lieu, le 3 novembre prochain au **Centre communautaire Père Arthur Guertin**. Nous espérons croiser plusieurs d'entre vous à ce grand rendez-vous annuel.

FADOQ-Distinction 50+

Retrouvez également notre équipe **le 21 et le 22 octobre de 10 h à 16 h 30** à l'occasion de la deuxième édition du Salon FADOQ Distinction 50+ présenté par LOBE qui se tiendra au Palais des Congrès de Gatineau.

Évènement au calendrier

Formation TAC



HPOU par l'entremise de la Maison Grise, offrira aux partenaires du milieu la formation **TROUBLE D'ACCUMULATION COMPULSIVE (TAC)**, le 26 octobre 2023 au 331 Bd de la Cité-des-Jeunes, Gatineau, QC J8Y 6T3 (Salle du Foyer) de 9 h à 16 h.

Campagne Panobus



Nous sommes fiers de vous annoncer que depuis le début du mois de septembre, une promotion des Habitations Partagées de l'Outaouais est affichée sur près de 20 autobus et parcourt 3 secteurs de la ville.

La campagne va également se poursuivre tout le mois d'octobre.

Une campagne qui s'inscrit dans l'optique de faire connaître l'organisme à la communauté, beaucoup plus pendant cette période observée de grise du logement abordable dans la région.



Joyeuses célébrations d'Action de grâce

Une pensée de toute votre équipe de HPOU



Boeuf bourguignon

Paru dans le Magazine RICARDO Volume 10 Numéro 7 (p. 52)

Temps de préparation : 20 min

Temps de cuisson : 2 h 30

Portion : 6

Bonne dégustation !

Ingrédients

Boeuf

- 40 g (3 c. à soupe) de beurre, ramolli
- 30 g (3 c. à soupe) de farine tout usage non blanchie
- 1 kg (2,2 lb) de haut de surlonge de boeuf, coupé en cubes
- 45 ml (3 c. à soupe) d'huile d'olive
- 1 gros oignon, haché
- 2 gousses d'ail, hachées
- 500 ml (2 tasses) de vin rouge léger
- 500 ml (2 tasses) de bouillon de boeuf
- 1 échalote française, pelée
- 1 clou de girofle
- 1 feuille de laurier
- 3 carottes, pelées et coupées en dés

Garniture

- 115 g (¼ lb) de tranches de bacon d'environ ½ cm (¼ po) d'épaisseur, coupées en lardons
- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive
- 450 g (1 lb) de champignons blancs, coupés en deux ou en quartiers selon la grosseur
- 2 gousses d'ail, hachées
- 30 ml (2 c. à soupe) de persil plat ciselé

Préparation

Boeuf

- Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).
- Dans un petit bol, mélanger le beurre et la farine. Réserver le beurre manié.
- Dans une grande casserole allant au four à feu moyen-élevé, dorer la moitié des cubes de viande à la fois, dans l'huile. Saler et poivrer. Réserver sur une assiette.
- Dans la même casserole, dorer l'oignon. Ajouter de l'huile au besoin. Ajouter l'ail et cuire 1 minute. Déglacer avec le vin et laisser mijoter 5 minutes. Ajouter le bouillon et le beurre manié. Porter à ébullition en remuant constamment au fouet. Ajouter la viande, l'échalote piquée du clou de girofle et la feuille de laurier. Saler et poivrer. Couvrir.
- Cuire au four 1 h 30. Ajouter les carottes et poursuivre la cuisson à couvert de 30 à 45 minutes ou jusqu'à ce que la viande se défasse à la fourchette. Retirer l'échalote, le clou de girofle et le laurier.

Garniture

- Dans une grande poêle à feu moyen élevé, dorer les lardons dans l'huile.
- Ajouter les champignons et poursuivre la cuisson jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.
- Ajouter l'ail, le persil et poursuivre la cuisson 1 minute.
- Verser dans le mijoté. Rectifier l'assaisonnement.

Congélation

- Congeler le mijoté tiédi dans des contenants hermétiques ou dans des sacs de plastique à fermeture hermétique pour congélation.
- Déposer les sacs à plat sur une plaque. Une fois qu'ils sont congelés, vous pourrez les empiler.

NOS SERVICES

Parce que votre bien-être nous habite



JUMELAGE/COHABITATION

la cohabitation est la solution pour diminuer vos coût de logement, briser la solitude de façon sécuritaire. Ce service s'adresse aux étudiants, personnes âgées, personnes seules ainsi qu'aux nouveaux arrivants qui désirent vivre une expérience enrichissante et qui souhaitent découvrir d'autres cultures.

L'ACCOMPAGNEMENT

Un service dédié à vous accompagner dans la recherche d'un nouveau chez-soi pour vous ou vos proches... Nous croyons que ce service répond à vos besoins, puisqu'il vient en aide aux personnes âgées qui ne peuvent plus vivre seules à cause de leur santé ou autres et qui souhaitent quitter leur domicile vers un milieu plus adapté à leurs besoins. De plus si vous avez 70 ans et plus, vous pouvez recevoir des versements anticipés du crédit d'impôt pour maintien à domicile des aînés si vous remplissez certaines conditions.



LES BONS COMPAGNON /AIDE AU DÉMÉNAGEMENT

Un service qui consiste à aider les aînés à préparer leur déménagement vers un autre milieu en faisant le tri et l'emballage de leurs biens matériels ainsi que le déballage et rangement des biens dans le nouveau logement.

**VOUS ÊTES INTÉRESSÉ À L'UN DE NOS SERVICES
CONTACTEZ-NOUS**

819 771 6576, hpou@videotron.ca