

TOIT ET MOI

Bulletin d'information des Habitations Partagées de l'Outaouais



Mot de la directrice

Mylène Berger

Mesdames, Messieurs, membres des Habitations partagées de l'Outaouais (HPO),

L'arrivée de l'été fût mouvementée pour les HPO. En très peu de temps, l'organisme a vécu de nombreux changements. Dans un premier temps, Pierre Gendron, directeur général de l'organisme pendant plus de dix ans, a quitté pour la retraite le 30 mai dernier. Par la suite, Aude Malouangou, agente de développement et du service à la clientèle, a quitté à la même date pour un congé de maternité. Par ailleurs, nous avons également fusionné les services relatifs à l'accompagnement et à l'aide au déménagement. Nous avons réintégré le poste d'agente de recherche et d'innovation, présentement comblé par Bolly Baro. De plus, nous avons accueilli un nouveau membre à notre équipe, soit Grâce Sitna, qui occupe le poste d'agente de développement et du service à la clientèle.

Pour venir ajouter à tous ces changements, l'équipe des HPO doit se familiariser avec une nouvelle personne à la direction, soit Mylène Berger, qui est en poste depuis le 2 juin dernier. Cela étant dit, je profite de cette infolettre pour me présenter brièvement. Tout d'abord, je dois vous dire que je suis heureuse et fébrile de poursuivre ma carrière professionnelle au sein des Habitations partagées de l'Outaouais, qui a à cœur le bien-être des aînés en œuvrant dans le domaine de l'habitation et du maintien à domicile.

Mon parcours professionnel commence plus spécifiquement dans le domaine de la santé mentale toutefois ma trajectoire m'amène rapidement vers un organisme œuvrant dans le domaine de l'habitation et plus spécifiquement le logement social. Cette expérience de travail a forgé mon identité professionnelle. À travers celle-ci, j'ai eu l'opportunité d'accompagner des groupes aînés à reprendre du pouvoir sur leur vie, de les soutenir dans leur démarche démocratique et de les guider vers l'atteinte de leur objectif.

En travaillant de près avec les aînés et ce, pendant plus de quinze ans, j'ai été confrontée à de nombreux enjeux vécus par cette population. Bref, ma trajectoire professionnelle m'amène assez rapidement à des constats importants, soient de vouloir poursuivre mon chemin dans le domaine communautaire et le plus important, de vouloir travailler pour les personnes aînées en misant sur l'amélioration de leur qualité de vie afin qu'elles puissent demeurer dans leur milieu de vie le plus longtemps possible.

C'est donc avec joie et enthousiasme que je me lance dans un nouveau défi dans ma carrière. Un défi qui colle à mes valeurs et convictions.

Par ailleurs, je tiens à souligner le support et le soutien incroyable de Pierre Gendron pendant toute cette période de transition. Je veux également le remercier pour le travail colossal réalisé au courant des dernières années. Sa vision, sa persévérance et son sens de l'innovation ont fait grandement évoluer les HPO. Nous sommes en bonne position grâce à toi, merci infiniment!

De plus, je souhaite également faire une mention particulière pour les membres de l'équipe. Celle-ci a su transiger avec plusieurs changements en simultanés, des départs, des nouveaux venus, les changements de poste, etc. Vous êtes une équipe résiliente, accueillante et conciliante. Je vous remercie de tout cœur de l'accueil chaleureuse que vous m'avez démontré dès le premier jour, je suis ravie d'avoir l'opportunité de travailler avec une équipe soudée et motivée par la mission et les valeurs de l'organisme.

Pendant la période estivale, je vous souhaite à chacun de vous de prendre le temps nécessaire pour vous reposer et de passer du temps de qualité avec vos proches.

Comme vous le savez, notre dicton : nous sommes là pour vous, parce que votre bien-être nous habite...

Un bel été à vous tous et toutes !

À bientôt !



Consignes de prévention pour la chaleur et les rayons UV

Nous sommes en été, bien sûr que le changement climatique a quelques fois des effets néfastes et il en ressort que la météo a bel et bien une influence sur la santé. C'est pourquoi il est noté une hausse de mortalité due aux climats extrêmes. En rappel de la dernière canicule allant du dimanche 22 au mardi 24 juin 2025. Des consignes de base pour se protéger de la chaleur et des rayons UV émis par le soleil ont été annoncées par le CISSO aux organismes communautaires en raison des effets de la chaleur extrême sur la santé.

Conseils clés à retenir pour une prochaine canicule:

1. Hydratez-vous
2. Rafraîchissez-vous
3. Protégez-vous des rayons UV
4. Suivez les alertes et prenez soin des personnes vulnérables

Retour sur l'AGA du 4 juin 2025



Nous exprimons notre profonde gratitude envers tous les membres et partenaires pour avoir été présents et avoir contribué à la 37e Assemblée générale annuelle des HPO qui s'est déroulée le 4 juin dernier.

Le [rapport annuel](#) est consultable sur notre site web, dans la section **À propos**.

Etes-vous toujours à la recherche d'un logement ?

Rappelez-vous que la Société d'Habitation du Québec (SHQ) et ses partenaires sont là pour vous aider dans votre recherche de logement. Pour toute assistance, contactez le Centre des relations avec la clientèle de la SHQ au 1 800 463-4315, ouvert 7 jours sur 7 jusqu'au 14 juillet, incluant les jours fériés ou communiquez directement avec [le service d'aide à la recherche de logement \(SARL\)](#) de l'office d'habitation de l'Outaouais.



Salade de fraises, tomates, feta et basilic de Ptitchef



10 min



4 parts



facile



221 kcal

Régalez-vous!

Pourquoi ne pas vous laisser tenter par une salade de fraises salée ?

Préparation

- Lavez et équeutez vos fraises
- Rincez aussi vos tomates cerises et feuilles de basilic
- Coupez vos fraises et tomates cerises en 4. Émiettez votre fromage feta à l'aide d'une fourchette
- Mélangez les fraises, tomates cerises et feta dans un saladier et ciselez le basilic par-dessus
- Ajoutez l'huile d'olive et le vinaigre balsamique puis mélangez
- Réservez au frais jusqu'au moment de servir

Il faut seulement l'associer à des tomates cerises, du fromage feta et des feuilles de basilic, on peut vous assurer que cette recette sentira bon l'été et vous rafraichira par ces journées ensoleillées pour la période estivale 2025.

Recette pour 4 portions

Ingrédients

- 2 tasses de fraises
- 1 tasse de tomates cerises
- 50gr (1 tasse) de feta
- Quelques feuilles de basilic
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- cuillère à soupe de vinaigre balsamique

Nos services

Parce que votre bien-être nous habite



Jumelage/cohabitation

La cohabitation est la solution pour diminuer vos coûts de logement, briser la solitude de façon sécuritaire. Ce service s'adresse aux étudiant.e.s, personnes âgées, personnes seules et 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.



L'aide au déménagement

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

**Vous êtes intéressé à l'un de nos services
contactez-nous**

819 771 6576, hpou@videotron.ca