



— Sortie aux pommes  
pour les locataires  
de Place de Rive



# LE CONTACT

Bulletin d'information aux locataires de l'OMHQ

DÉCEMBRE 2024

## **Le mot du directeur général 3**

## **Nos milieux de vie 4**

- Des milieux de vie actifs !
- Des idées pour se divertir pendant la période des fêtes !
- Tranquilité : des trucs pour le vivre-ensemble
- Itinérance : que dois-je faire ?

## **Nos immeubles 11**

- Rencontre avec une employée :  
Guylène Méthot, répartitrice
- Rappels pour l'hiver
- Novam Vitam : 70 nouveaux logements  
à Charlesbourg
- Vrai ou faux : la sécurité incendie
- Blattes et punaises : prévenir et réagir
- Travaux majeurs en cours et à venir

## **L'OMHQ et ses partenaires 18**

- Soirée des bénévoles 2024
- Amical de soccer 2024
- Portrait d'un partenaire : La Baratte

# Mot du directeur général



Cher.ère.s locataires,

L'hiver s'installe tranquillement et amène avec lui la période des fêtes. Chaque année, je me réjouis de voir les nombreuses initiatives d'entraide mises en place par les locataires dans nos milieux de vie. L'organisation d'un souper de Noël ou la fabrication de paniers-cadeaux sont des exemples de traditions qui animent nos milieux de vie et, surtout, qui rassemblent les locataires. Ce sont des marques de solidarité qui font une réelle différence dans la vie des gens.

Dans cette édition du Contact, nous vous proposons quelques idées de sorties pour le temps des fêtes. Que vous aimiez rester au chaud ou profiter d'activités en plein air, vous trouverez des suggestions qui répondront à vos goûts. Peut-être inviterez-vous un voisin ou une voisine à vous accompagner à l'une de ces activités ?

Nous le savons, la période des fêtes peut être synonyme de solitude pour certaines personnes. C'est un bon moment pour renforcer nos liens avec les gens autour de nous et pour se montrer attentifs.

En terminant, je vous souhaite un heureux temps des fêtes et je vous remercie de rendre nos milieux de vie dynamiques et bienveillants.

C'est une grande fierté pour moi de savoir que dans les milieux de vie de l'OMHQ, les locataires prennent soin les uns des autres.

Joyeuses fêtes et bon début d'année !

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Dany Caron'.

**Dany Caron, directeur général**  
**Office municipal d'habitation de Québec**

# Nos milieux de vie

## DES MILIEUX DE VIE ACTIFS

Dans le courant des derniers mois, différentes activités ont été mises en place par les comités de locataires. Ce sont toujours de bonnes occasions de se rassembler, de mieux se connaître, d'apprendre de nouvelles compétences et, surtout, d'avoir du plaisir entre voisins ! Dans notre Planification stratégique 2024-2026, nous avons identifié l'importance d'entretenir des réseaux de soutien pour favoriser la santé des milieux de vie. Découvrez quelques initiatives qui s'inscrivent dans cet objectif.



### Projet “De la Forest à mon assiette”

Le comité de locataires du 3075, rue De La Forest a reçu une subvention pour le développement d'un projet de soutien à la sécurité alimentaire nommé « De La Forest à mon assiette ».

Ce projet comporte 4 volets :

- La bonification du jardin communautaire existant et l'installation de bacs à compost
- La mise sur pied d'un frigo-partage dans la salle communautaire
- L'aide au transport des locataires souhaitant participer aux cuisines créatives et aux déjeuners-rencontres de l'organisme La Courtepointe
- La création d'un bottin des ressources communautaires du quartier

Les membres du comité ont reçu une formation du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ) afin de s'assurer du bon fonctionnement du frigo-partage et du respect des normes de salubrité. Les locataires bénéficient également de plats à petit prix préparés et livrés par l'organisme La Baratte. Une mobilisation inspirante qui permettra de répondre aux besoins des locataires !

### De l'aide aux personnes en situation d'itinérance : une initiative des enfants du 201, rue du Roi

Des jeunes âgés de 7 à 15 ans demeurant au 201, rue du Roi ont pris l'initiative de préparer des sandwiches pour les personnes itinérantes ou en situation de précarité et ayant des besoins en sécurité alimentaire. Leur idée : distribuer les sandwiches ainsi que des collations dans le frigo-partage du Parvis situé dans Saint-Roch.

Cette action a été rendue possible grâce à un partenariat avec la Maison des enfants de St-Roch et la Corporation d'animation l'Ouvre-Boîte du Quartier. Elle a permis de sensibiliser les jeunes au phénomène de l'itinérance et au contexte de pauvreté.



## Cours d'art à St-Pie X

Durant l'été 2024, un nouveau comité des locataires a vu le jour à St-Pie X, composé de 3 femmes dynamiques. En octobre 2024, grâce à l'une des membres du comité passionnée d'art, un atelier de peinture de 5 semaines a débuté. La poursuite de l'activité est prévue avec d'autres groupes. Une activité qui permet de tisser des liens sociaux et de développer la créativité !



## Sortie aux pommes pour les locataires de Place de Rive

Cette année, de nombreuses familles de Place de la Rive ont profité d'une sortie aux pommes mémorable ! Le soleil et les couleurs automnales étaient au rendez-vous pendant la cueillette dans un verger de l'Île d'Orléans. Une cinquantaine de locataires ont participé à la sortie, accompagnés par plusieurs intervenants de la Corporation d'animation l'Ouvre-Boîte du Quartier, du Carrefour des enfants de St-Malo et du CIUSSS-CN ! Lorsque le vent s'est joint à la fête, il était temps de retourner à la maison avec des sacs remplis de pommes !



## Stadacona en fête

Le 17 août 2024, le comité de locataires et les partenaires de l'approche de proximité de Stadacona ont organisé la fête estivale annuelle. Il y a eu une forte mobilisation pour offrir des activités adaptées à tous les groupes d'âges : musique, homme-orchestre, maquillage, jeux gonflables, barbe à papa, jeux géants de sociojeux et bien plus !

Les locataires présents ont aussi pu assister à un spectacle organisé par les jeunes du milieu, suivi d'un souper "hot-dogs et maïs". Grâce aux commandites le comité a pu offrir de nombreux prix de présence aux locataires. Un franc succès !



**Pssst!**

**Vous souhaitez mettre en place des initiatives culturelles, sportives ou sociales dans votre milieu de vie ?**

Informez-vous auprès de l'organisatrice communautaire attirée à votre immeuble!

# BRAVO ET MERCI POUR VOTRE IMPLICATION!

# Des idées pour se divertir pendant la période des fêtes !



L'hiver s'installe dans les rues, c'est le moment de profiter des activités hivernales à travers la ville ! Seul, en famille ou entre amis, voici une liste d'activités pour avoir du plaisir pendant la saison froide :

## Québec animée

Tout au long de l'année, la Ville de Québec propose des activités gratuites pour petits et grands dans tous les quartiers : animation de rue, installations temporaires, concerts, etc. Retrouvez la programmation complète sur le site internet de la Ville de Québec !

POUR INFO  
[ville.quebec.qc.ca](http://ville.quebec.qc.ca)



© ville.quebec.qc.ca

## Patinoires en plein air

Profitez de la glace en plein centre-ville à la patinoire Place d'Youville et à l'anneau de glace des plaines d'Abraham. Ouvertes jusqu'à la mi-mars, les patinoires sont gratuites d'accès et vous pouvez louer (\$) l'équipement de patinage sur place.

- Location de patins (hommes, femmes et enfants) : 9 \$/2 heures (4 \$/heure additionnelle)
- Forfait familial (2 adultes et 2 enfants) : 26 \$/2 heures (12,50 \$/heure additionnelle)

Vous pouvez aussi louer des casques et des supports pour patinage.

© ville.quebec.qc.ca

## Bibliothèque de Québec

Plusieurs activités gratuites sont organisées par le réseau des bibliothèques de Québec : ateliers créatifs, lecture publique, ateliers d'informatique, de quoi se divertir en restant au chaud ! Consultez leur programmation et réservez votre place aux activités qui vous intéressent !

POUR INFO  
[bibliothequedequebec.qc.ca](http://bibliothequedequebec.qc.ca)



© bibliothequedequebec.qc.ca

## Le Marché de Noël Allemand de Québec

C'est un incontournable des fêtes à Québec ! Du 21 novembre au 23 décembre dans le Vieux-Québec, vous pourrez y retrouver des exposants du monde entier et leurs produits traditionnels et profiter de la magie des fêtes ! Plusieurs activités gratuites y sont organisées chaque semaine comme des performances musicales ou de l'animation de rue. Pour plus d'information, consultez le site internet.



© mnaq.ca

POUR INFO  
[mnaq.ca](http://mnaq.ca)



POUR INFO  
[exmuro.com](http://exmuro.com)



© exmuro.com

## Musée Exmuro

Laissez-vous tenter par la (re)découverte de l'art moderne en milieu urbain au cœur du Vieux-Québec. Venez visiter des expositions intérieures et temporaires d'artistes du monde entier. L'entrée est gratuite pour tous les visiteurs. La programmation est accessible sur le site web d'Exmuro.

## Musées gratuits les 1ers dimanches du mois

Restez au chaud cet hiver et profitez des musées ! L'entrée est gratuite tous les 1ers dimanches du mois dans la majorité des musées sur présentation d'une preuve de résidence.

POUR INFO  
[quebec.ca/culture/musees/gratuite-musees](http://quebec.ca/culture/musees/gratuite-musees)



© quebec.ca

POUR INFO  
[tobogganfestival.com](http://tobogganfestival.com)

## Festival Toboggan

Du 28 au 31 décembre, célébrez la fin de l'année dans un festival de musique électronique et traditionnelle québécoise sur la colline parlementaire. Un village hivernal et des zones chauffées sont mises en place pour les festivaliers dans le Vieux-Québec. La programmation est disponible en ligne sur le site du festival.



© tobogganfestival.com

## ACHETER À PETIT PRIX ET DONNER AU SUIVANT POUR LES FÊTES

Besoin de trouver quelques cadeaux pour la période des fêtes ? Les articles de seconde main ou reconditionnés sont des alternatives intéressantes pour trouver un cadeau original sans casser sa tirelire ! Nous vous proposons une liste d'adresses dans différents quartiers où vous pouvez trouver votre prochaine bonne affaire ou en profiter pour donner des objets dont vous ne vous servez plus.



### Cité-Limoilou

#### La Boîte à Fripes (Service d'entre aide Basse-Ville)

Vêtements et meubles  
155, av. du Sacré Cœur  
[sebv.ca](http://sebv.ca)

#### Ozanam

Vêtements, jeux et articles pour la maison  
860, rue du Roi  
[www.centreoanam.com](http://www.centreoanam.com)

#### Emmaüs

Vêtements, jeux et articles pour la maison  
915, rue Saint-Vallier E  
[comptoiremmaus.com](http://comptoiremmaus.com)

#### Ordi-Livres (Signes d'Espoir)

Livres et ordinateurs de seconde main  
550, 3e Avenue  
[ordilivres.org](http://ordilivres.org)

### La-Haute-Saint-Charles

#### La Ressourcerie de Lac-Saint-Charles

Vêtements, jeux et articles pour la maison  
1530, av. du Lac-Saint-Charles  
[www.ressourcerielsc.org](http://www.ressourcerielsc.org)



### Charlesbourg

#### Les p'tits Fringueurs

Jouets et vêtements pour enfants  
8950, boul. Henri-Bourassa Local 4  
[lesptitsfringueurs.com](http://lesptitsfringueurs.com)

#### Friperie la Berlue

Vêtements de maternité et enfants de 0 à 16 ans  
15059, boul. Henri-Bourassa  
[laberlue.com](http://laberlue.com)

#### Accès-Loisirs Québec

Équipements sportifs  
4250, 1ere avenue Local 1020-A  
[accesloisirsquebec.com](http://accesloisirsquebec.com)

### Ste-Foy-Sillery-Cap-Rouge

#### Écoboutique (YWCA)

Vêtements, jeux et articles pour la maison  
855, av. Holland  
[www.ecoboutique.quebec](http://www.ecoboutique.quebec)

#### Fripe.com

Vêtements  
2120, rue Boivin  
[lafripe.ca](http://lafripe.ca)

#### Réno-Jouets

Jouets pour enfants  
1230, rue Charles-Albanel  
[www.reno-jouets.ca](http://www.reno-jouets.ca)



# Tranquilité : des trucs pour le vivre-ensemble



Avec l'hiver qui arrive, vous passerez peut-être plus de temps dans le confort de votre logement. Voici quelques astuces favoriser la tranquillité de tous !

## Savoir reconnaître le bruit excessif

D'abord, il est important d'être en mesure de reconnaître un bruit excessif pour prévenir celui-ci dans votre logement et savoir réagir correctement auprès de vos voisins. Voici quelques exemples :

- De la musique forte, et ce, à n'importe quelle heure, peut être un bruit excessif. Privilégiez les écouteurs !
- Un bruit tolérable peut devenir excessif lorsqu'il dure longtemps. Pensez à prendre des temps de pause lorsque vous vous lancez dans un grand ménage et évitez de déplacer vos meubles sur une longue période.
- Un bruit tolérable de jour peut devenir excessif la nuit. Privilégiez des heures raisonnables pour passer votre balayeuse.

## Être conciliant. Des imprévus ça arrive !

Votre voisin n'a pas lu cette édition du Contact et ne connaît pas ces astuces pour le vivre-ensemble ? Il est toujours possible d'aborder calmement la situation avec lui.

## Être prévoyant. La communication c'est la clé !

Vous avez un horaire atypique et pouvez seulement réaliser votre ménage vers 21 h le soir ? Il est toujours possible d'aviser votre voisin pour trouver un terrain d'entente !

## Trop, c'est trop !

Parfois, malgré la bonne volonté de tous, des bruits excessifs peuvent nuire à votre tranquillité.

- Entre 16 h et 4 h, référez-vous aux agents de sécurité pour obtenir un rapport d'événement. Pour ce faire, vous devez appeler au service d'urgence de l'OMHQ au 418 691-6647. Un préposé aux appels d'urgence transmettra votre demande aux agents qui l'évalueront en fonction de leur grille de priorisation et se rendront sur place
- Les agents n'ont pas pu se déplacer ou le bruit avait cessé à leur arrivée ? Ils vont rédiger un rapport à l'intervenante sociocommunautaire de votre immeuble qui pourra faire les interventions appropriées.

## IMPORTANT

**Le travail des agents ne se substitue pas à celui de la police. Pour une assistance immédiate en présence d'une menace concernant votre sécurité, votre santé ou vos biens, composez le 9-1-1.**

# Itinérance : que dois-je faire ?

L'itinérance est un phénomène de plus en plus présent, particulièrement au centre-ville de Québec. Il vous est peut-être déjà arrivé de voir une personne en situation d'itinérance près de votre immeuble ou même qui a trouvé momentanément refuge à l'intérieur. Voici les actions que vous devriez poser pour assurer un bon vivre-ensemble dans votre milieu.

**Important : Ne jamais laisser entrer une personne inconnue qui demande l'accès à votre immeuble, et ce, même si cette personne demande simplement de venir se réchauffer.**

## Bien réagir : c'est la clé !

Lorsque je constate la présence d'une personne en situation d'itinérance dans l'immeuble :

- Je reste calme. Il n'est pas recommandé de confronter la personne.
- Je préviens les agents de sécurité en appelant le service d'urgence (418 691-6647). Entre 16h00 et 4h, les agents de sécurité pourront se rendre sur place pour intervenir. Les agents de sécurité connaissent les ressources disponibles et pourront référer la personne vers un endroit approprié

Après le passage d'une personne en situation d'itinérance, je constate un bris ou la présence de déchets près de l'immeuble (ex : près des portes d'entrée, dans le stationnement, sur le terrain de l'immeuble, etc.) :

- Je contacte le service d'entretien et de réparation de l'OMHQ par téléphone (418 780-5222) ou via le site web ([omhq.qc.ca](http://omhq.qc.ca)) pour signaler la situation.
- Il peut parfois vous arriver de trouver du matériel de consommation. Ne le manipulez pas ! Prévenez le service d'entretien et de réparation de l'OMHQ. Un employé formé pourra disposer du matériel en toute sécurité.

## IMPORTANT

**Le travail des agents ne se substitue pas à celui de la police. Si la présence d'un individu représente un danger pour lui-même, pour vous ou pour les autres, composez le 9-1-1 immédiatement**



# Rencontre avec une employée



**Guylène Méthot**  
Répartitrice



Guylène Méthot a rejoint l'équipe de l'OMHQ il y a 6 ans. Encouragée par une amie qui travaille aussi à l'Office, elle rejoint notre équipe comme préposée au service à la clientèle. Après une année, elle décide de postuler pour le poste de répartitrice associé au secteur de la SOMHAC. Elle occupe ce poste depuis maintenant 5 ans.

## **Q1** *En quoi consiste le travail de répartitrice ?*

Le premier rôle d'une répartitrice c'est de répondre aux locataires, que ce soit au téléphone ou en présentiel. On reçoit les demandes de réparation et d'entretien des logements et des immeubles et on s'assure du suivi de ces demandes. En fait, on travaille avec toutes les équipes de l'organisation : on collabore avec les agents de sécurité, les intervenants sociocommunitaires, les contremaîtres, les préposés à l'entretien et les ouvriers aux réparations. On attribue des bons de travail aux employés manuels et aux fournisseurs externes selon les emplois du temps et la priorité de tâches.

## **Q3** *Quel est ton meilleur souvenir à l'OMHQ ?*

Je me souviens d'une ancienne locataire qui nous a rendu les clés de son logement parce qu'elle s'était achetée une maison ! Vivre un moment comme ça donne beaucoup de sens à notre travail !

## **Q2** *Qu'est-ce que tu trouves valorisant dans ton travail ?*

C'est sûr qu'il y a toujours une grande fierté lors de la remise des clés aux locataires, c'est toujours un beau moment ! Ce qui est valorisant c'est de pouvoir rendre service à nos locataires ! Être en première ligne, c'est devoir s'adapter à chaque situation et être à l'écoute du locataire pour comprendre sa demande et

réagir rapidement en apportant les bonnes réponses ! Le travail d'équipe et l'entraide sont aussi des sources de motivation quotidiennes pour moi. J'adore mon équipe !

## **Q4** *Est-ce que toutes les répartitrices s'occupent de tous les immeubles ?*

Chacune des 5 répartitrices est assignée à un secteur qui est sous la responsabilité d'un contremaître.

Chacune s'assure de faire le suivi des bons de travail de son secteur. Par contre, nous pouvons répondre aux demandes d'entretien et de réparation des locataires dans n'importe quel secteur. C'est toujours un travail d'équipe.

# Nos immeubles

## Rappels pour l'hiver

Bien se préparer à l'hiver, c'est essentiel pour s'assurer que nos milieux de vie restent propres et agréables en toute saison ! Voici quelques rappels pour vous aider à préparer la venue du temps froid :

**L'entretien de l'immeuble c'est l'affaire de tous ! Les locataires doivent s'assurer en tout temps de :**

- Jeter leurs **ordures ménagères** aux endroits prévus à cet effet.
- **Les meubles et les encombrants** doivent être déposés aux endroits prévus à cet effet. Assurez-vous de contacter le 311 pour en planifier le ramassage et de suivre les indications fournies par la Ville lorsque vous effectuez la demande.
- Les locataires possédant un **vélo** doivent l'entreposer dans leur casier de rangement ou dans leur logement. Veillez à garder les supports à vélos extérieurs vides en hiver.
- Pour garder des espaces communs propres, assurez-vous d'**essuyer vos bottes avant d'entrer** dans votre immeuble.

Chaque locataire détenteur d'une vignette de **stationnement** a l'obligation de **déplacer son véhicule** lors de la réception du message automatisé du déneigeur.



**MERCI !**

## Novam Vitam : 70 nouveaux logements à Charlesbourg

Le projet Novam Vitam accueille ses premiers locataires ! Situé à l'intersection du Boul. Henri-Bourassa et de la rue Des Roses à Charlesbourg, l'immeuble est composé de 70 logements subventionnés et abordables allant de 1 à 5 chambres à coucher pour les familles, les personnes seules et les personnes retraitées autonomes. Certains de ces logements sont adaptables pour les personnes à mobilité réduite.

L'immeuble, situé proche des commerces, d'une école et du transport en commun, a la particularité d'avoir une toiture végétalisée, un module de jeux pour enfants et 2 espaces dédiés pour le service Communauto.

Novam Vitam a été inauguré en présence du maire de Québec, M. Bruno Marchand, du ministre M. Jonatan Julien et de la présidente du conseil d'administration, de l'OMHQ, Mme. Hélène Gauthier le 4 novembre dernier.

# Vrai ou faux : la sécurité incendie



**Il n'y a pas de risque d'incendie si je lance mon mégot de cigarette par dessus la rambarde de mon balcon.**

**Faux.** Le mégot peut tomber sur la végétation au sol ou sur les objets situés sur le balcon de votre voisin et causer un incendie. Il est aussi recommandé de bien mouiller les mégots avant de les mettre à la poubelle.



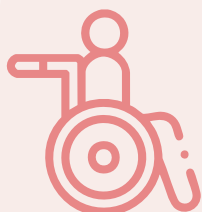
**Lorsque l'alarme d'incendie sonne, je peux me réfugier sur mon balcon pour attendre les pompiers.**

**Faux.** Si vous entendez l'alarme, vous devez immédiatement quitter votre logement et vous rendre à l'extérieur de l'immeuble **en circulant par la cage d'escalier**. Votre balcon peut être un lieu de refuge uniquement lorsqu'il n'est pas sécuritaire de circuler dans l'immeuble.



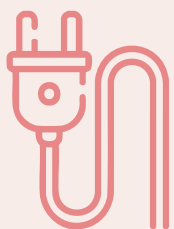
**C'est ma responsabilité de changer les batteries de mon avertisseur de fumée.**

**Vrai.** Si votre avertisseur de fumée fonctionne à batterie, vous avez la responsabilité de la remplacer. Il est recommandé de la remplacer 2 fois par année. Petite astuce pour s'en souvenir : lorsqu'on change l'heure, on change les batteries de notre détecteur !



**J'ai un handicap physique qui limite mes déplacements, je peux donc attendre les pompiers dans mon logement lorsque j'entends l'alarme incendie.**

**Faux.** Vous devez vous rendre dans la cage d'escalier de votre immeuble pour attendre les pompiers. Si vous n'êtes pas en mesure de descendre les escaliers, les pompiers vous assisteront.



**Je peux laisser les fils et les batteries de mes appareils électroniques (cellulaire, vaporeuse, quadriporteur, etc.) branchés en tout temps.**

**Faux.** Il est recommandé de toujours débrancher les fils qui ne sont pas utilisés et les batteries qui ont été complètement rechargées. En les laissant branchés au mur, il y a un risque de surchauffe, ce qui peut entraîner un incendie.

# Blattes et punaises : prévenir et réagir

La présence de blattes et punaises peut toucher tout le monde. Voici un petit guide pour éviter les comportements à risque, reconnaître une infestation et réagir correctement pour faciliter l'élimination de ces indésirables.

© aixenprovence.fr



## Les punaises

### Signes possibles de sa présence

- Marques de piqûres sur la peau et démangeaisons
- Présence de taches noires sur les draps, oreillers, matelas, divans et chaises

### Comment la reconnaître ?

- Elle est très petite
- Elle est brune
- Elle ne possède pas d'ailes
- Elle ne peut pas sauter
- Elle ressemble à un petit pépin de pomme

### Important !

La présence de punaises dans votre logement **n'est pas un signe de malpropreté**. La punaise est un parasite qui peut s'accrocher sur vos vêtements lorsque vous êtes à l'extérieur.

### Prévenir l'intrusion de punaises chez moi ?

- J'inspecte et je nettoie minutieusement tous les meubles ou vêtements d'occasion avant de leur trouver une place dans mon logement
- J'évite de me procurer des matelas ou des meubles recouverts de tissu qui sont d'occasion
- Je place les vêtements d'occasion dans un sac de plastique bien fermé après mon achat et je vide le contenu du sac directement dans la sècheuse à mon arrivée chez moi. Je fais fonctionner la sècheuse au cycle le plus chaud durant au moins 30 minutes
- J'évite de ramasser des objets trouvés dans la rue ou dans les ordures
- Je garde mon logement propre et désencombré

# Les blattes (coquerelles)



© gpqc.ca

## Prévenir l'intrusion de blattes (coquerelles) chez moi ?

- J'utilise des sacs réutilisables pour aller à l'épicerie
- Je n'entrepose pas de boîtes de carton à la maison
- Je nettoie quotidiennement les surfaces de préparation et de cuisson des aliments
- J'évite de laisser de la vaisselle sale sur les comptoirs
- Je nettoie régulièrement les traces de gras sur les murs et autour de la hotte de cuisine
- Je conserve mes aliments dans des contenants étanches en plastique ou en verre
- Je passe régulièrement le balai ou l'aspirateur pour enlever les miettes de nourriture

## Comment la reconnaître ?

- Elle mesure de 1 à 3 cm
- Elle est brune
- Elle a des ailes, mais elle ne peut pas voler
- Elle est plus active durant la nuit

## Signes possibles de sa présence

- Elle se retrouve souvent là où il y a de l'eau (cuisine, salle de bain), de la nourriture (garde-manger) et là où il y a accumulation de saleté (ex. : derrière les électroménagers ou dans les ordures)
- Traces brunâtres pouvant s'apparenter à du café moulu sur les murs ou près des plinthes

## Quoi faire lorsque je trouve une punaise ou une blatte dans mon logement ?

- Je reste calme et je contacte immédiatement le service d'entretien et de réparation.
- Si vous avez un doute sur la présence de punaises ou de blattes, n'hésitez pas à nous contacter, nous pouvons effectuer une inspection préventive de votre logement sans frais lorsque nécessaire.
- Je n'utilise pas les insecticides vendus dans les commerces! Ils pourraient nuire aux efforts de l'exterminateur.
- Je m'assure de suivre les consignes données par l'exterminateur ou par l'employé de l'OMHQ pour bien préparer mon logement aux travaux d'extermination.



# Travaux majeurs en cours et à venir

Cette année, nous avons investi 20 millions \$ dans la rénovation de notre parc immobilier. Les locataires de près de 25 milieux de vie bénéficient des modernisations apportées à leur logement, leur immeuble ou à l'environnement extérieur. Voici les projets en cours de réalisation ou terminés durant l'année.

## Modernisation de l'intérieur des logements

2600, avenue Raymond-Blouin

20265 et 20275, boul. Henri-Bourassa



Avant



Après

## Réfection de la toiture

9120, avenue du Zoo

3840, 3842, 3870, 3872, rue des Thuyas

1335, rue Molard

220, 7<sup>e</sup> Avenue

45, rue Christophe-Colomb Ouest



Avant



Après

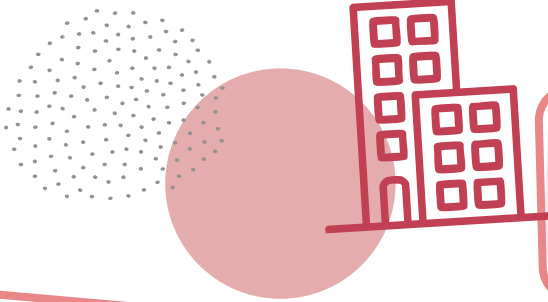
## Réfection du stationnement

175, rue Louis-IX

1755, rue de Courtemanche

765, avenue Nérée-Tremblay





## Réfection de l'enveloppe du bâtiment

161 et 165, avenue Eugène-Lamontagne

### Modernisation des aires communes

94, rue du Collège

2540, avenue de Lisieux

1760, rue de la Marie-Clarisse



Avant



Après

### Projets sur plusieurs années

En plus de ces investissements, nous menons actuellement 5 projets de plus grande ampleur qui se dérouleront sur plusieurs années :

La réfection des logements aux complexes Acadie-Lejeune, Bourlamaque et Val-Bélaïr ainsi que deux autres projets en cours de préparation.

Réunis, ces 5 projets représentent un investissement de 105 millions \$ pour la réfection de 380 logements !



Avant



Pendant



Projection

# L'OMHQ et ses partenaires

## Soirée des bénévoles 2024

Le 23 mai dernier avait lieu la soirée de reconnaissance des bénévoles organisée par l'équipe de la gestion des milieux de vie de l'OMHQ. C'est dans une thématique de « gala » que nous avons souligné et reconnu l'implication de nos nombreux locataires bénévoles qui s'engagent dans le but de dynamiser leur milieu de vie.

L'animation était au rendez-vous pour la centaine de locataires présents qui se sont vu remettre des « Dany d'or » afin de souligner l'apport de chaque individu et de chaque comité de locataires qui travaillent à l'amélioration des milieux de vie.

Nous tenons à remercier tous les bénévoles engagés, les membres des comités de locataires et les délégués d'immeuble, qui font la différence dans leur milieu de vie.



**Merci pour votre engagement !**

# Amical de soccer 2024

Le 21 septembre 2024 s'est déroulée la deuxième édition de l'Amical de soccer de l'OMHQ organisée pour les jeunes de 9 à 15 ans des milieux de vie HLM.

C'est dans la bonne humeur qu'une cinquantaine de jeunes ont participé à cette journée d'activités avec l'encadrement d'une trentaine de bénévoles de l'OMHQ et des entreprises commanditaires.

La présence des membres du Service de police de la Ville de Québec (SPVQ) et du Service de protection contre l'incendie de Québec (SPCIQ) a permis aux jeunes d'échanger avec les policiers et les pompiers en plus d'en apprendre davantage sur leurs rôles.



Environ 6 000 \$ en prix de présence ont été remis aux participants grâce aux commandites reçues !  
**Merci !**



L'Amical de soccer permet aux jeunes de créer et de maintenir des relations positives avec les adultes de leur milieu de vie (personnel de l'OMHQ, intervenants, policiers, etc.) tout en s'amusant et en pratiquant un sport qui les passionne.

**Merci à tous les jeunes d'avoir joué avec nous ! À l'année prochaine !**



## Portrait d'un partenaire : la Baratte

La Baratte est un organisme à but non lucratif de Québec proposant des programmes d'insertion socioprofessionnels. La Baratte répond aussi aux besoins alimentaires et sociaux de la communauté par différents services, notamment :

- Popote roulante
- Mets congelés maison (6,25 \$)
- Traiteur à visée sociale
- Dépannage alimentaire (mercredi 13 h à 14 h 30)
- Cuisines communautaires

La Baratte est un partenaire précieux à l'OMHQ dans plusieurs projets comme « De La Forest à mon assiette » qui vise à lutter contre les déserts alimentaires.

Avec Noël qui approche, si vous souhaitez recevoir quelques bons repas préparés, vous pouvez contacter La Baratte au 418 527-1173 ou visiter leur site Internet pour plus d'information : [labaratte.ca](http://labaratte.ca)

## PAGE À DÉTACHER ET À CONSERVER

### Comment trouvez-vous la nouvelle parution du CONTACT?

Envoyez-nous vos commentaires  
et suggestions!

[lecontact@omhq.qc.ca](mailto:lecontact@omhq.qc.ca)



## Urgences OMHQ

24 / 7 - 7 jours sur 7 - 418 691-6647

SOS



### OMHQ

Renseignements généraux 418 780-5200

Demandes de réparation 418 780-5222



### HEURES D'OUVERTURE DE NOS BUREAUX

Du lundi au vendredi

de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h 30



### Horaire du temps des fêtes

Nos bureaux seront fermés à compter du mardi  
**24 décembre 2024** et nous serons de retour le  
vendredi **3 janvier 2025**. Pendant cette période,  
en cas d'urgence, veuillez composer le numéro  
suivant : 418 691-6647.



### SERVICE 211

Information sur les ressources  
communautaires existantes



### ENCOMBRANTS

(Monstres)

311



### INFO SANTÉ

811



### URGENCE

(Police, ambulance, pompier)

911



### HYDRO-QUÉBEC

(INFO-PANNES)

1 800 790-2424

[pannes.hydroquebec.com/pannes/](https://pannes.hydroquebec.com/pannes/)

