

# L'Office à votre service



Depuis le 15 juillet 2020, les bureaux de l'Office sont situés au 1309, boul. des Seigneurs, suite 101, à Terrebonne (Qc) J6W 5B1.

Dans le contexte de la pandémie, la réception reste fermée jusqu'à nouvel ordre. Pour rencontrer un membre du personnel, vous devez avoir pris un rendez-vous au préalable en

communiquant avec nous au (450) 471-9424. L'OMHLS remercie ses locataires de respecter cette consigne afin d'assurer la sécurité de ses employés durant la pandémie de la COVID-19. De plus, veuillez prendre note que le port du masque, la distanciation sociale et le lavage des mains sont requis lors de rendez-vous.

À noter que la majorité des membres du personnel de l'OMHLS est actuellement en télétravail et restent disponibles pour répondre à vos questions par téléphone ou par courriel afin de continuer d'assurer les services essentiels.

Les heures d'ouverture demeurent les mêmes, donc du lundi au jeudi de 9h à 12h et de 13h30 à 16h et le vendredi de 9h à 12h. En dehors de ces heures, il existe un service de relève téléphonique 24h/24, 7j/7 pour les urgences. L'OMHLS vous rappelle qu'il est toujours possible de venir déposer des documents dans sa chute à courrier en tout temps.

De plus, le personnel à l'entretien demeure toujours en service pour effectuer les réparations et le nettoyage des immeubles.

L'OMHLS continue d'être là pour vous et d'offrir son service à la clientèle à distance.

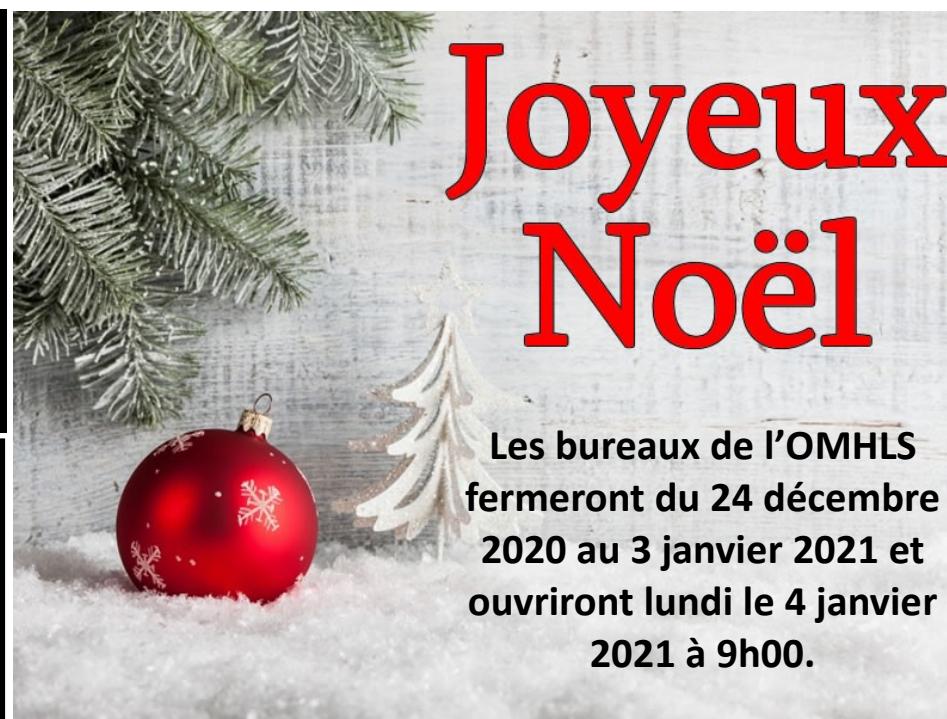
## Restez connectés!

Soyez à l'affût, l'OMHLS de Lanaudière Sud prévoit faire le lancement officiel de son site web en début d'année 2021.

 D'ici là, suivez-nous sur notre page Facebook : OMH de Lanaudière Sud.

## Votre opinion compte!

Si vous désirez nous faire part de vos commentaires ou suggestions pour le journal des locataires, n'hésitez pas à communiquer avec l'OMHLS au courriel suivant: [infosac@omhls.com](mailto:infosac@omhls.com)



# L'Entre-toit

Ensemble pour la qualité de vie

Bulletin des locataires de l'Office municipal d'habitation de Lanaudière Sud

Décembre 2020



## La tournée « Ça va bien aller » (voir article pages 4 et 5)

## DANS CE NUMÉRO

Mot du directeur	p. 2
Nomination de la nouvelle directrice générale	p. 2
On protège sa santé mentale	p. 3
Tournée « Ça va bien aller »	p. 4-5
Nouvelles du CCR	p. 6
L'OMHLS et le CCR rencontrent les locataires	p. 7



## Mot du directeur

L'année 2020 a été une année fort remplie pour l'OMHLS. C'est avec une grande fierté que nous pouvons regarder tout le travail accompli. Parmi les réalisations et les défis de 2020, il y a eu le regroupement avec l'OMH de l'Assomption, la révision du *Règlement d'immeuble*, la gestion de la pandémie, le déménagement des bureaux administratifs, la restructuration du service d'entretien, la mise sur pied d'un nouveau Service d'aide à la recherche de logement (SARL) et la rénovation de certains immeubles.

L'OMHLS a pu compter sur son personnel dévoué et dans certains dossiers, sur la précieuse collaboration du comité consultatif des résidents. La direction de l'Office tient à remercier sincèrement tous les locataires qui s'impliquent bénévolement afin d'améliorer la vie associative et d'animer nos milieux de vie. Que ce soit à titre individuel, dans les associations, au conseil d'administration ou au CCR, votre travail est fort apprécié.

En cette période des Fêtes, toute l'équipe de l'OMHLS se joint à moi pour vous souhaiter à vous et à tous vos proches, nos meilleurs voeux de bonheur, santé et prospérité.



**Marc Charbonneau**

## Ressources humaines

### Nomination de Marie-France Daoust à la direction générale



Suite à l'annonce du départ de Marc Charbonneau comme directeur de l'OMHLS, le conseil d'administration a annoncé, le 10 décembre dernier, la nomination de **Madame Marie-France Daoust** au poste de directrice générale. Son entrée en fonction est prévue le 11 janvier 2021.

Cumulant plus de 15 années d'expérience en entrepreneuriat et en gestion immobilière, Madame Daoust a travaillé dans les dernières années dans des postes stratégiques au sein de différents organismes gouvernementaux. Elle possède une connaissance et un réseau important de partenaires au sein d'organismes provinciaux reliés au logement social ainsi qu'une sensibilité auprès d'une clientèle vulnérable. De plus, dans ses fonctions, Madame Daoust a bâti et entretenu des liens de confiance avec les acteurs importants de l'habitation.

Reconnue pour son dynamisme, sa grande rigueur et son sens des relations humaines, l'expertise de Madame Daoust lui permettra de faire rayonner les orientations de l'OMHLS, de participer à son développement et de maintenir les partenariats.

Le directeur général actuel, Marc Charbonneau, demeurera en poste jusqu'au 5 février 2021 afin d'assurer une transition harmonieuse avec Mme Daoust. Un hommage lui sera rendu dans le prochain bulletin en mars 2021, qui a œuvré 26 ans dans certains offices d'habitation de la région.



### L'OMHLS et le CCR rencontrent les locataires

À la fin février, le personnel de l'OMHLS, des membres du CCR et du conseil d'administration ont débuté la tournée des immeubles. Cette rencontre visait trois objectifs :

- ⇒ Remise des documents pour le renouvellement des baux
- ⇒ Présentation du nouveau *Règlement d'immeuble*
- ⇒ Discussion avec certains membres du personnel de l'OMHLS

Ce fut également l'occasion d'échanger avec le directeur général, Marc Charbonneau, le responsable des immeubles, Jean-François Gingras, d'autres employés de l'OMHLS ainsi qu'avec certains membres du *Comité consultatif des résidents* (CCR). Malheureusement, la tournée a dû être interrompue le 13 mars en raison de la pandémie. Voici quelques bons souvenirs de cette tournée en photos.



## Nouvelles du CCR



**Le rôle du comité consultatif de résident-e-s (CCR)**  
« *Le comité consultatif de résident-e-s (CCR) est une instance qui permet aux locataires de HLM de participer à la gestion de leurs logements et d'émettre des recommandations à la direction de l'OMHLS sur toutes les questions qui les touchent. Tous les offices sont obligés d'avoir un CCR et doivent le soutenir. C'est un outil précieux pour éclairer les décisions que doit prendre un office, tout en permettant aux locataires de prendre des initiatives pour créer un milieu de vie dynamique et harmonieux.* » Source FLHLMQ

Le comité consultatif des résident-e-s de l'OMHLS a été créé en début d'année 2019. Les membres du CCR ont invité à nos réunions M. Robert Pilon de la FLHLMQ pour se faire renseigner sur le bon fonctionnement d'un CCR. Comme consultantes, les intervenantes au soutien communautaire en logement social ont été invités pour partager leur expérience de travail en milieu communautaire.

Dans le cadre du regroupement des Offices d'habitation, le CCR a collaboré à la rédaction du nouveau *Règlement d'immeuble*. Malheureusement, suite au confinement, la rédaction du *Guide du locataire* a été retardé et la tournée des immeubles a été interrompue. Nous espérons vivement vous rencontrer lors d'une prochaine tournée sous peu.

Comme il n'a pas été possible de tenir une assemblée générale des locataires, les membres du CCR ont nommé temporairement 3 locataires au conseil d'administration de l'OMHLS : Mme Clairette Cadotte (volet aîné), Mme Micheline St-Hilaire (volet aîné) et Mme Marie-Josée Payment (volet famille). Au comité de sélection, Mme Marie-Claire Conroy a été nommée à titre de représentante des locataires. Une assemblée générale d'élection, pour le comité de sélection et pour les représentants des locataires au C.A. de l'OMHLS, sera convoquée après la levée des mesures sanitaires.

### Nous vous souhaitons de JOYEUSES FÊTES!

**Solange Aubin**  
Présidente du comité consultatif des résidents-e-s



## COVID-19 : On protège aussi sa santé mentale

La période inhabituelle que nous traversons tous en ce moment peut être source de stress ou d'anxiété. Voici quelques astuces qui pourraient vous aider à mieux gérer ce genre d'émotions:

**Contactez les personnes de votre entourage** par téléphone, courriel ou appel vidéo.

**Essayez d'établir une routine**

Faites de l'exercice de façon sécuritaire (marche, étirements, etc.); mangez de manière équilibrée; reposez-vous bien et dormez bien; profitez de la lumière du jour et si possible sortez à l'extérieur (en maintenant la distanciation physique); pratiquez des exercices de respiration, de relaxation et de méditation; maintenez un horaire régulier pour l'heure du lever et du coucher, la prise des repas et de la médication.

**Tenez-vous aux sources officielles d'information.** Recevoir trop d'informations, parfois contradictoires, c'est comme pas assez! Assurez-vous que les informations que vous consultez proviennent de sources fiables.

**Variez vos loisirs:** lisez des livres; écrivez un journal intime; faites des mots croisés, des mots cachés, du sudoku; écoutez votre musique préférée; regardez des films joyeux; renouez avec des activités et des plaisirs oubliés.

Demander de l'aide n'est pas un signe de faiblesse! Si vous vous sentez dépassés ou si vous ou un de vos proches vit de la détresse, demandez de l'aide:

- ⇒ Service de consultation téléphonique psychosociale: Info-Social 811
- ⇒ Ligne de prévention du suicide: 1-866-APPELLE (277-3553)
- ⇒ Ligne d'écoute Tel-Écoute: 514-493-4484
- ⇒ Ligne d'écoute Tel-Aînés: 514-353-2463
- ⇒ S.O.S Violence conjugale: 1-800-363-9010

**Véronique Rioux**  
Coordinatrice de la gestion COVID-19



### Ces mots qui peuvent guérir nos maux

Après le printemps, l'été et l'automne 2020, voici l'hiver qui frappe à nos portes. Comment allons-nous l'accueillir? Au moment où j'écris ces lignes, il y a maintenant un peu plus de huit mois que nous vivons différemment de tout ce que nous connaissons, nous positionnant au fur et à mesure que les règles se resserrent ou se desserrent, nous adaptant tant bien que mal à ce sol mouvant.

Que nous reste-t-il de nos vieilles certitudes? Il faut travailler fort pour s'ancrer dans ses réflexes de survie. Se sentir en sécurité, entrer en **résilience** (cette capacité de développer des stratégies pour traverser les épreuves de la vie), s'adapter aux changements sans trop résister, essayer de trouver un sens, ce sont tous des **outils** dont nous disposons. Aussi, ne pas attendre ce fameux retour à la normalité peut nous aider à ne pas mettre notre vie entre parenthèse mais à apprendre à faire les choses autrement. Ne dit-on pas que la seule chose qui soit permanente dans la vie est le changement? Nous devons visiter, revisiter et **enrichir** notre coffre à outils.

Un de nos gros défis est de retrouver un peu de légèreté dans toute cette lourdeur. Il y a plusieurs dommages collatéraux au confinement et nous recherchons tous un **vent de fraîcheur**. Cultiver le plaisir, l'humour, les émotions positives, les petits bonheurs du quotidien, voici quelques clés à molette. Réfléchir autrement aussi peut faire une différence. Entre le monastère et le club de vacances, il y a beaucoup d'espaces à habiter. Entre « se ronger les sangs » ou faire « contre mauvaise fortune bon cœur », nous pouvons apprendre à nous adapter et ainsi regagner progressivement en liberté.

**Paule Rajotte**  
Intervenante en soutien communautaire en logements sociaux, volet aîné MRC L'Assomption

### La tournée des immeubles « Ça va bien aller »



Dès le début de la pandémie en mars 2020, le personnel du service du soutien communautaire de l'OMHLS amorce une campagne d'appels aux locataires aînés afin de leur apporter un soutien moral et s'assurer de répondre à leurs besoins. Un appel automatisé hebdomadaire du directeur général est effectué afin d'informer et de rassurer les locataires.

Malgré toutes ces actions, le besoin d'animation manque dans l'offre de services. À la fin du mois de mars, la responsable du soutien communautaire et de l'accompagnement social à l'OMHLS, Véronique Rioux, a l'idée d'offrir une activité d'animation extérieure devant les façades des immeubles aînés afin de briser l'isolement et d'apporter un peu d'espérance et de joie aux locataires.

Charmée par l'idée, la présidente du conseil d'administration de l'OMHLS madame Brigitte Villeneuve prend en charge l'organisation complète de l'activité. En peu de temps, elle réunit et mobilise une équipe fantastique de bénévoles :

- Josianne Labelle, entraîneuse chez Cardio plein air Mascouche
- Marie Dessypris et Diane Gareau, chanteuses country
- Nicole Langevin, administratrice au C.A.
- Marie-Josée Payment, représentante des familles au C.A.
- Eugénie Bérubé, violoniste
- Robin Villeneuve et Agence Krystal pour prêt d'équipements



De plus, les élus municipaux se sont joints au mouvement afin d'assister aux activités.

Présentée sur chacune des façades des immeubles afin de rejoindre le plus de locataires possible, l'animation de 30 minutes comporte trois volets. Tout d'abord, un bref message d'encouragement livré par le maire de la ville, le conseiller municipal du secteur désigné, la présidente du C.A. et un membre du personnel de l'OMHLS. Ensuite, une animation de danse et d'exercices adaptés aux aînés a lieu. Enfin, pour terminer, deux artistes livrent avec entrain un spectacle de chansons rythmées et entraînantes.

Plus de 12 immeubles ont été visités et au total 21 animations ont été déployées. Par ailleurs, plus de 337 locataires ont été rejoints et pas moins de 150 heures de bénévolat ont été effectuées par l'équipe pour offrir du plaisir en chanson et en mouvement dans ce printemps.

L'objectif de la tournée « Ça va bien aller » était d'apporter un soutien moral et du réconfort aux locataires aînés confinés grâce à l'activité d'animation extérieure qu'ils pouvaient suivre de leur terrasse ou patio. Il a été très touchant de constater que l'équipe de bénévoles a donné du temps et a reçu aussi beaucoup de gratitude, de sourires et de reconnaissance des locataires.

À la fin des présentations, plusieurs locataires demandaient déjà quand l'équipe pourrait revenir pour une prochaine animation.

Cette activité a été rendue possible grâce à la collaboration des membres du conseil d'administration et du personnel de l'OMHLS, des bénévoles locaux et des élus municipaux des cinq villes (Charlemagne, l'Assomption, Mascouche, Repentigny et Terrebonne). Comme quoi, unir nos forces peut apporter un grand bien non seulement à nos locataires aînés, mais également à tous les membres participants.

