



Office municipal
d'habitation de Laval

L'ÉLAN

Décembre 2019

Le journal
pour les résidents
des habitations de
l'Office municipal
d'habitation de Laval



**Qualité
de vie**
Sous les pavés
p.4



À découvrir
L'équipe
des finances
p.5



**Briser
l'isolement**
S'entourer,
c'est vital
p.7

Heures d'ouverture de nos bureaux :
Du lundi au vendredi
De 8 h 30 à 12 h et de 13 h 15 à 16 h 30

Bureaux fermés pour les fêtes :
Du mardi 24 décembre 2019
au jeudi 2 janvier 2020

Bilan

Célébration de nos 40 ans



Dans ce numéro :

Célébration de nos 40 ans	1
40 ans de collaboration	2
L'Office est maintenant sur les réseaux sociaux	2
Manoir Marc-Perron	3
Comité consultatif des résidents (CCR)	3
Sous les pavés	4
211 Grand Montréal	5
L'équipe des finances	5
Mon plus beau souvenir de Noël, c'est...	6
Bien s'entourer, c'est vital	7
Paniers d'épicerie	8
Chutes à déchets	8
Travaux en cours, décembre 2019	9
La responsabilité des locataires quant au déneigement	10
Salon des aînés de Laval	11
Centre d'abandon du tabagisme (CAT)	11
Bons coups et comportements responsables	12



Dans le cadre des festivités du 40^e le 17 octobre dernier, nous avons reçu nos partenaires afin de mettre en lumière les nombreuses collaborations qui se sont construites avec plusieurs organisations tant en territoire lavallois qu'en périphérie. Grâce à un travail de coopération, nous notons une



amélioration de nos milieux de vie ainsi qu'un développement des services adaptés aux besoins de notre clientèle.

En termes plus imagés... c'est grâce à cette collaboration, cette complémentarité et cette ouverture que le ciment prend !

Une publication de l'Office municipal
d'habitation de Laval

Direction de la rédaction
L'équipe du journal

Révision
L'équipe du journal

Collaboration
Plant Action
EntourAge

Photos
Gabrielle-Anne Thibault
Sophie Gélinas

Graphisme
Designer pompier

Impression
Imprimerie Philippe Lévesque

Tirage
1 800 exemplaires

Questions et commentaires
communication@omhlaval.ca

Éditeur
Office municipal d'habitation de Laval
3320, rue des Châteaux
Laval (Québec) H7V 0B8
T 450 688-0184
F 450 688-9023
Site web : omhlaval.ca
Courriel : info@omhlaval.ca

Directrice générale
Isabelle Pépin

Président
Nicholas Borne

Dépôt légal, Bibliothèque
et Archives nationales du Québec,
juillet 2016 / ISBN 978—2 9816104

Suivez-nous !



Mot de la directrice

40 ans de collaboration



collaboration.

Les festivités entourant les 40 ans de l'Office se sont poursuivies en octobre dernier avec la tenue d'un cocktail au cours duquel tous nos partenaires communautaires, institutionnels et gouvernementaux ont été conviés. Cette soirée fût l'occasion de remercier les organismes s'impliquant de près ou de loin dans l'amélioration de la qualité de vie de nos locataires et de leur témoigner notre désir de continuer cette extraordinaire

Monsieur Henry Ford disait : « *Se réunir est un début, rester ensemble est un progrès et travailler ensemble est la réussite* ».

Après 40 ans de collaboration, on peut en effet dire que travailler ensemble est la clé de notre réussite !

Dans un autre ordre d'idées, le temps des Fêtes est enfin à nos portes. Si cette période en est une plus difficile, n'oubliez pas l'impact positif que vous pouvez avoir sur chacun et je vous invite à prendre le temps de sourire à un inconnu, de parler à un voisin ou même de faire un appel si longtemps souhaité. Plusieurs organismes ouvrent aussi leurs portes afin de vous permettre de célébrer de plusieurs façons, alors n'hésitez pas à vous informer de leur programmation.

Ainsi, je vous souhaite un temps des Fêtes illuminé par les sourires de ceux qui vous entourent et que la nouvelle année s'annonce sous le signe de la santé et de l'entraide !

Joyeuses Fêtes à tous !

Isabelle Pépin

Nouveau

L'Office est maintenant sur les réseaux sociaux



Afin de mieux vous tenir informés, l'Office a maintenant une page Facebook ! Vous n'avez qu'à « aimer » notre page afin de recevoir toute l'actualité que nous allons publier ainsi que plusieurs ressources et informations en lien avec notre mission. De plus, vous allez recevoir des rappels concernant nos journées spéciales et événements à venir.

Soyez assurés qu'il n'y aura pas de publication avec photos de nos locataires sans leur autorisation.

De plus, aucune communication personnelle entre les locataires et le personnel de l'Office ne sera faite via cette plateforme. Notre page Facebook demeure exclusivement à des fins d'informations. La communication directe entre le personnel et nos locataires demeure avec les courriels, le téléphone et en personne.

Nous sommes également présents sur LinkedIn et Twitter ! Au plaisir de vous compter parmi nos abonnés !

Projet

Manoir Marc-Perron

À compter du 1^{er} janvier 2020, le Manoir Marc-Perron deviendra un environnement sans fumée. Pour qu'un tel projet puisse voir le jour, il en va de la concertation de tous.

D'une part, les locataires, le Centre intégré, le programme de santé EntourÂge, l'association des locataires et l'Office.

Tous se sont rassemblés afin d'échanger, mais surtout pour trouver des solutions aux divers enjeux exposés. De ces discussions est ressortie une belle collaboration entre fumeurs et non-fumeurs.

Dr Mark-Andrew Stefan DSP du CISSSL, PP Populationnelle, présent sur le comité, a mentionné l'importance d'éviter la stigmatisation des fumeurs.

« La dépendance à la nicotine est une réelle maladie et il n'est pas si simple de cesser de fumer, c'est pourquoi la réussite d'un tel projet ne pouvait se faire sans la collaboration de tous. »

Nous tenons à remercier chaque personne s'étant impliquée dans ce projet.



Mot

Comité consultatif des résidents (CCR)



Vous êtes nombreux à nous demander ce qu'est le CCR (comité consultatif des résidents). En résumé, le mandat du CCR est :

- d'étudier les politiques touchant l'ensemble des locataires, pour avis à la direction ou recommandation au conseil d'administration de l'Office;
- de promouvoir la participation des locataires et la vie associative. À ce titre, le comité peut prendre des initiatives pour créer ou soutenir les associations de locataires (ADL);
- de préciser les modalités d'élection des représentants des locataires au conseil d'administration de l'Office et les faire approuver par l'ensemble des locataires lors de cette assemblée d'élection.

Ainsi, chaque association de locataires nomme deux représentants qui parleront au nom des locataires de leur immeuble au CCR. Le comité se réunit quatre fois par année et il permet d'être un espace d'échange et de partage d'informations.

Le CCR peut aussi compter sur son comité exécutif qui travaille, en collaboration avec l'Office, à faire avancer les dossiers entre les réunions du CCR. De nouveaux membres se sont joints au groupe. Il est maintenant composé de :

- M. Jean-Pierre Le Bouar, comité des loisirs de l'Habitation Louise-Beauchamp
- Mme Liette Bergeron, ADL de la Résidence Chomedey
- Mme Diane Gentile, ADL de Place St-Martin
- Mme Nicole Boisvert, ADL de Place St-Martin



Qualité de vie Sous les pavés



Cet automne, en collaboration avec l'association des locataires de Place St-Martin et le « comité embellissement », l'Office a conclu un partenariat avec l'organisme PlantAction afin de réaliser une corvée de dépavage et de plantation. Ces travaux ont été réalisés grâce à la collaboration de généreux bénévoles, pour le bénéfice de tous !

Merci à tous d'avoir contribué à l'embellissement et à la qualité de vie à Place St-Martin.





Grand Montréal

Saviez-vous que...

Depuis 2016, la Ville de Laval offre à ces citoyens le service 211. Ce service vous aide et vous dirige vers des ressources communautaires sur le territoire lavallois et au-delà de ces limites.

Pour aider :

- Les aînés
- Les familles
- Les nouveaux arrivants
- Les jeunes
- Les personnes handicapées

Pour les besoins :

- Aide alimentaire
- Assistance matérielle
- Logement
- Emploi et revenu

et tout autre besoin social

Service gratuit
7 jours sur 7
Service multilingue
(200 langues)



2-1-1



211qc.ca

À découvrir

L'équipe des finances



De gauche à droite : Christiane Boisvert, Sandra Pineda, Marie-Josée De Grandpré, Patrick Marcil et Sylvie Bérubé, absente de la photo.

Bien que souvent sérieuse, l'équipe des finances est composée de gens dynamiques, passionnés et soucieux de s'assurer de l'exactitude de leur travail.

Le service des finances et de l'administration est chargé, entre autres de l'ensemble des activités budgétaires et financières de l'Office. De manière générale, cela consiste à payer les factures des fournisseurs, enregistrer les paiements de loyer, préparer les paies des employés, suivre les budgets, s'assurer du respect des lois et règlements, produire les états financiers et effectuer toutes les tâches liées à leurs champs d'activité. Ils sont en résumé les gardiens des finances !

Voici la responsabilité de chaque membre de l'équipe :

- Madame Christiane Boisvert est commis comptable.
- Mesdames Sandra Pineda et Sylvie Bérubé occupent le poste de technicienne à la comptabilité.
- Madame Marie-Josée De Grandpré, CPA, CA est la directrice-adjointe.
- Monsieur Patrick Marcil CPA CGA s'occupe de la direction de ce service.



Nostalgie

Mon plus beau souvenir de Noël, c'est...



Lorsque nous nous retrouvions toute la famille pour fêter et que nous chantions tous ensemble en chœur.

Roland
65 ans



Lorsque nous sommes arrivés de notre pays, à l'école de francisation, nous avons appris les chansons de Noël.

Carlos
65 ans

D'avoir fait une sortie en famille aux glissades de St-Jean-de-Matha. Ce fut un moment de pur plaisir !

Manon
52 ans

Lorsque je pouvais regarder Ciné-cadeau avec ma famille en pyjama.

Julie
42 ans



Moi, j'aime marcher dans la rue et voir toutes les décorations de Noël à l'extérieur des maisons.

Yasmine
20 ans

Nous retrouver autour d'un arbre illuminé de pleins de lumières et déballer nos cadeaux fous de joies et dans l'attente de voir si toutes nos demandes avaient été exaucées.

Céline
30 ans



Quand j'ai reçu mon chat Loulou. Je me sentais seule et il est arrivé pour être mon meilleur ami.

Chloé
11 ans



Briser l'isolement

Bien s'entourer, c'est vital!

Tous les êtres humains ont besoin d'avoir des liens avec d'autres personnes et de se sentir aimés. Avoir un réseau social qui vous satisfait a un effet positif sur votre santé et votre bien-être. Cela renforce le système immunitaire, stimule le cerveau et la mémoire, augmente l'espérance de vie et réduit les risques de dépression et d'anxiété. Voilà pourquoi il est important de bien vous entourer en restant actif et en recherchant les contacts sociaux.



Voici quelques idées pour vous aider à garder ou à développer votre réseau social :

- Intéressez-vous aux autres.
- Participez aux activités offertes dans votre résidence. Vous aurez ainsi la chance d'échanger et de vous faire de nouveaux amis.
- Entretenez les liens avec vos proches. Appelez-les pour prendre de leurs nouvelles. N'attendez pas toujours que ce soit eux qui vous appellent. Vous ne dérangez jamais ceux qui vous aiment.
- Si possible, mangez à l'extérieur de votre appartement avec d'autres personnes ou invitez-les à partager un repas.
- Évitez de vous isoler.

Misez sur la qualité et non la quantité !

Saviez-vous que nous pouvons être entourés de beaucoup de personnes et tout de même se sentir seul et malheureux. En fait, il est important que nos liens avec les autres nous apportent un sentiment de satisfaction et de bien-être.

Solitude ou isolement ?

Nous avons tous besoin d'un peu de temps seul, juste pour nous. Ces moments sont importants pour retrouver le calme et l'équilibre. Par contre, si vous vous sentez seul et que cela vous fait souffrir, il existe de l'aide et du soutien. Voici quelques services pour vous aider à briser l'isolement.

Ressources disponibles pour vous aider

• Tel-Aînés 514 353-2463

Lignes d'écoute téléphonique gratuites, anonymes et confidentielles qui offrent une écoute attentive qui fait du bien.

• Service d'accompagnement spirituel aux malades et personnes âgées à domicile (SASMAD) 514 272-4441

Visites à domicile d'écoute active et d'échanges sur le sens de la vie.

• Centre d'écoute de Laval 450 664-2787

• Les Petits Frères de Laval 450 934-8955

Aide les personnes âgées de 75 ans et plus, seules et isolées, en créant autour d'elles une famille engagée et fidèle.

Petit rappel

Paniers d'épicerie

Nous vivons actuellement une problématique d'accumulation de paniers d'épicerie dans certains de nos immeubles.

Les locataires fautifs contreviennent au règlement d'immeuble en plus de ne pas respecter les règlements de la Ville de Laval en matière de sécurité incendie. Pour votre sécurité, il ne doit y avoir aucun encombrement dans les corridors, et ce, en tout temps, advenant le cas où une évacuation d'urgence devrait avoir lieu. Ne pas respecter les règlements soumet les personnes fautives à des conséquences pouvant aller jusqu'au paiement d'une amende.



PSSST...

Prendre un panier d'épicerie d'un super marché et l'amener à l'extérieur du périmètre de celui-ci, c'est du vol!

Une idée cadeau?

Avec Noël qui approche à grands pas, un chariot à roulettes pour faire les courses est une belle suggestion!



Entretien

Chutes à déchets



Consigne :

La salle de déchets n'est pas un dépôt d'articles de recyclage. Assurez-vous de déposer vos détritus aux bons endroits.

L'Office tient à vous rappeler que vous devez, en tout temps, respecter les consignes d'utilisation relatives aux chutes à déchets, poubelles et recyclage et vous conformer au règlement d'immeuble en vigueur.

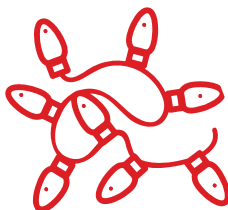
Le locataire doit déposer ses déchets et les matières recyclables dans les endroits prévus à cette fin. Les déchets doivent être mis dans des sacs en plastique fermés. Avant d'en disposer, les matières recyclables doivent être rincées. Aucune bouteille ou contenant de verre ne doivent être jetés dans les chutes à déchets et tout item qui est à risque de se briser.

Voici des exemples de comportements à éviter :

- Jeter un sac de poubelle contenant de la litière dans la chute à déchet. L'impact qui suivra sa chute occasionnera une explosion au sol causant un éparpillement du contenu du sac. En prime, des mauvaises odeurs se dispersent et forcent le personnel d'entretien à ramasser votre dégât.
- Si votre article de poubelle ne passe pas dans la chute, alors inutile de forcer. Il va bloquer la chute et nuire à son utilisation.

La propreté de votre immeuble dépend de tous!

Vrai ou faux



- Q** Je peux brancher de jolies lumières autour de mon cadre de porte extérieure, à même le corridor!
- R** Faux! Vous ne pouvez pas utiliser les prises de courant qui se situent à l'extérieur de votre logement.

Agenda

Travaux en cours Décembre 2019



Manoir Arthur-Sauvé

Mise à jour de la réfection stationnement et éclairage : Suite à un retard dans l'émission du permis de la Ville de Laval, les travaux ont débuté pendant le mois d'octobre.

L'ensemble des travaux d'infrastructure civil et électrique seront complétés en 2019 ainsi que la plupart des trottoirs en béton et voies d'accès au salle à déchets.



Les travaux d'éclairage extérieur sont planifiés au début de l'année 2020. Les travaux d'asphaltage et de pose de pavés seront réalisés au printemps 2020. Pendant l'hiver, le stationnement sera accessible et une signalisation temporaire sera mise en place pour faciliter les espaces de stationnements.

Habitations Val-Martin



Construction de 124 unités de logement dans le cadre de la Revitalisation de Val-Martin – Phase 1.

La prochaine arrivée des nouveaux locataires est prévue vers : 1^{er} février 2020 au 3700, rue Évariste Leblanc (46 logements).

La soumission pour la construction de 160 unités de logement (Programme Accès Logis) pour la Revitalisation de Val-Martin est aux étapes d'analyse et d'approbation.

Place Saint-Martin

Suite à notre dernière annonce, plusieurs projets de rénovation ont été annulés par manque de budget. L'Office travaille en étroite collaboration avec la Société d'habitation du Québec afin d'établir un plan d'action pour réaliser ces travaux. Dès qu'une nouvelle annonce nous sera transmise, l'équipe de l'Office informera les locataires qui seront touchés.

Manoir Marc-Perron

Réfection du parement extérieur et le remplacement des portes d'entrée de l'immeuble comprenant l'installation d'un contrôle d'accès et la mise à niveau du système d'alarme incendie devraient se terminer à la fin de l'année.

Réfection des aires communes intérieures débutera au cours des prochaines semaines.

Résidence Vimont

Remplacement de la génératrice et travaux d'aménagement d'extérieur ont débuté en octobre 2019. Les travaux devraient se terminer au printemps 2020.

Résidence Chomedey

Mise à jour de la réfection stationnement et éclairage : Suite à un retard dans l'émission du permis de la Ville de Laval, les travaux ont débuté au mois d'octobre. L'ensemble des travaux d'infrastructure civil et électrique seront complétés en 2019 ainsi que le trottoir principal en béton qui longe le stationnement.

Les travaux d'éclairage extérieur sont planifiés au début de l'année 2020. Les travaux d'asphaltage, de pose de pavés ainsi que les autres trottoirs seront réalisés au printemps 2020. Pendant l'hiver, le stationnement sera accessible et une signalisation temporaire sera mise en place pour faciliter les espaces de stationnements.

Manoir Jean-Paul Pépin

Réfection stationnement et éclairage. Les travaux d'éclairage devraient être complétés au début de l'année 2020.

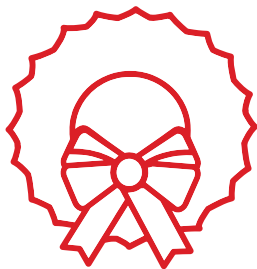
Manoir du Sablon

Remplacement des ouvertures et accès. Les travaux devraient être complétés à la fin de 2019.

Manoir Paul-Boudrias

Remplacement des ouvertures et accès. Les travaux devraient être complétés à la fin de 2019.

Vrai ou faux



Q Puisque j'adore Noël, je peux me permettre d'installer mes décorations dès le 1^{er} novembre!

R Faux! Vous pouvez installer vos décorations un mois avant un événement (Noël, Halloween, etc.) et les retirer au plus tard un mois après. Ce qui nous donne approximativement du 25 novembre au 25 janvier!

La responsabilité des locataires quant au déneigement !



Afin d'agir en conformité avec le règlement d'immeuble, voici vos responsabilités face au déneigement :

- Le locataire doit maintenir son balcon libre de toute accumulation de neige ;
- Si vous n'avez pas de balcon et que votre sortie de logement est au rez-de-chaussée, il en va également de votre responsabilité de déneiger et de déglacer celle-ci ;
- Vous avez deux issues ? Il faut dégager les deux ;
- Pour éviter les incidents, assurez-vous, lorsque vous déneigez votre balcon, qu'il n'y ait personne en dessous.



Déneigement

Voici un petit rappel de la procédure concernant le déneigement des immeubles de l'Office :

- Dans la mesure du possible, la corvée de déneigement a lieu le lendemain d'une chute de neige.
- La veille du déneigement des stationnements, les locataires sont avisés, par le système d'appel automatisé, de l'heure approximative à laquelle le déneigement aura lieu. C'est également via cet appel que nous vous demandons de déplacer votre véhicule AVANT la période de déneigement.
- Dans les entrées et sorties des immeubles ainsi que dans les ascenseurs, l'Office installe des affiches pour aviser de la date et de l'heure à laquelle nous demandons de déplacer vos véhicules.

L'Office vous rappelle qu'il est de votre responsabilité de déplacer votre véhicule et celui de vos visiteurs. Si vous avez l'intention de partir en voyage quelque temps, prévoyez qu'il soit possible qu'il y ait une tempête de neige et prévoyez le déplacement de votre véhicule par un membre de votre entourage. Il serait dommage de revenir de voyage et que votre voiture ait été remorquée !

Soyez avisés que les véhicules qui ne seront pas déplacés vont être remorqués aux frais des locataires et ce sans préavis.



PSSST...

Si vous avez changé de numéro de téléphone, profitez de ce rappel afin d'en faire mention au service à la clientèle.



Événement

Salon des aînés de Laval

Cet événement permet aux résidents de la ville de Laval de connaître les divers services sur le territoire lavallois pour les gens de 50 ans et plus avec la présence de plus de 135 kiosques. Pour notre équipe, ce fut une belle occasion de rencontrer des gens dans une ambiance animée et rassembleuse. Nous en avons profité pour échanger avec plusieurs citoyens, dont plusieurs de nos locataires.



Marc Demers, maire de Laval ainsi que Sandra El-Helou, conseillère municipale de Souvenir-Labelle ont, tous deux, démontré leur soutien à l'événement en mentionnant l'importance des aînés dans la communauté lavalloise.



Ressource

Centre d'abandon du tabagisme (CAT)

Vous envisagez cesser de fumer ou réduire votre consommation de tabac ? Au CISSS de Laval, l'équipe du centre d'abandon du tabagisme offre deux types de services pour vous guider; des consultations individuelles et des ateliers en groupe.

Le Centre d'abandon du tabagisme (CAT), qu'est-ce que c'est ?

Nous vous proposons de l'aide personnalisée selon vos besoins et vos préoccupations. Vous rencontrerez une intervenante spécialisée en arrêt tabagique qui vous accompagnera dans votre démarche. Au cours des consultations :

- vous aurez l'occasion d'explorer votre dépendance à la nicotine;
- vous pourrez choisir votre objectif personnel;
- vous en apprendrez davantage sur les thérapies de remplacement de la nicotine;
- vous élaborerez vos stratégies pour faire face au sevrage;
- vous envisagerez des moyens pour éviter la rechute.

Pour qui ?

Pour les personnes de tout âge qui veulent agir sur leur dépendance à la nicotine. Pour être admissible, vous devez résider, travailler ou étudier à Laval ou être suivi par un médecin lavallois. Pour ce service, vous pouvez prendre un rendez-vous vous-même. Vous pouvez également être référé par un professionnel de la santé (médecin, infirmière, kinésiologue, nutritionniste, travailleur social, etc.).



Comment ?

- Offert tout au long de l'année
- C'est gratuit
- Le nombre de rencontres est déterminé selon vos besoins
- En individuel
- Une approche reconnue pour vous aider
- Offert en français et en anglais

Où s'adresser ?

Contactez l'agente administrative du programme :
Téléphone : 450 978-8300,
poste 13169

Mention d'honneur

Bons coups et comportements responsables



Office municipal
d'habitation de Laval



Pour nous joindre



Heures d'ouverture
de nos bureaux
Du lundi au vendredi
De 8 h 30 à 12 h
et de 13 h 15 à 16 h 30



T 450 688-0184
F 450 688-9023



www.omhlaval.ca
info@omhlaval.ca



Notre horaire
du temps des fêtes

Bureaux fermés :

Du mardi
24 décembre 2019
au jeudi 2 janvier 2020



Office municipal
d'habitation de Laval
3320, rue des Châteaux
Laval (Québec) H7V 0B8

Info santé : 811

Info social : 811 (#2)

Info Québec : 211

Ville de Laval : 311

À vous, chers locataires...

- Qui prenez le temps de souligner votre satisfaction face au travail des employés de l'Office.
- Qui agissez à titre d'aidant pour vos voisins qui ont moins de ressources.
- Qui êtes si courtois lors de vos appels... Car sachez qu'un sourire s'entend!
- Qui êtes impliqués dans votre association ou dans les activités de votre milieu de vie.

Merci!

Vrai ou faux



- Q** Mon détecteur de fumée fait « bip-bip »! Je ne vais pas faire un appel de service à l'Office car c'est ma responsabilité de remplacer les piles de mon avertisseur.
- R** Vrai! Il en va de la responsabilité du locataire de remplacer les piles de son avertisseur de fumée.



Vos réactions

Si vous désirez que nous parlions d'un sujet qui pourrait vous intéresser, n'hésitez pas à nous en faire part :
communication@omhlaval.ca