



LE CONTACT

MOT DU DG

Chers-ères locataires,



Nous sommes à l'aube du changement d'année et l'automne sera plus qu'avancé lorsque vous lirez ces lignes. 2020 est à nos portes.

Le 23 décembre 1969, l'Office municipal d'habitation de Québec était créé par le maire Gilles Lamontagne afin de loger convenablement des citoyens dans le besoin. La construction d'autoroutes, la réalisation d'importants travaux associés à la modernisation de la ville, le réaménagement majeur du quartier St-Roch et la présence de logements insalubres ont obligé la relocalisation de nombreuses personnes. Le premier projet d'habitation, Place Bardy dans le secteur Limoilou, comportant 446 logements, a permis de loger plusieurs ménages. Parmi eux, la mère de mon beau-père, veuve à l'âge de 47 ans, avec 7 enfants sous sa responsabilité. De nombreuses années à vivre avec peu, jusqu'à ce qu'elle emménage dans l'une des tours de Place Bardy (Appartements St-Pie X aujourd'hui). Terminé l'obligation de laisser couler l'eau en continu afin d'éviter le gel des tuyaux en hiver; les multiples couches de vêtements pour maintenir une température corporelle appropriée, la glace sur les murs intérieurs, etc. Elle a pu avoir une meilleure vie et terminer paisiblement ses jours dans un logement décent.

Il y a beaucoup à dire sur l'évolution du logement social et communautaire à Québec. L'éventail de la population desservie est significatif; de ma grand-mère par alliance au travailleur de notre organisation, en passant par des milliers de gens au profil différent, le logement sert définitivement de tremplin à plusieurs ménages.

La prochaine année permettra de souligner l'apport du logement social et le lancement de ce 50^e se fera lors de la Soirée reconnaissance des bénévoles, le 12 décembre prochain.

Bon 50^e et bonne lecture!

— Claude Foster, ing.

50 ans d'investissements pour l'humain, le bâti et la communauté

L'OMHQ

L'OMHQ se dote d'une première Déclaration de services à la clientèle

Depuis de nombreuses années, les services à notre clientèle sont au cœur de nos préoccupations. Le conseil d'administration de l'OMHQ a adopté le 10 septembre dernier notre toute première Déclaration de services à la clientèle.

Notre déclaration de services reflète les engagements que nous prenons envers vous, notre clientèle. Elle s'adresse à nos locataires, à tous les citoyens et citoyennes qui font appel à nos services ainsi qu'à nos différents partenaires.

Nos engagements

L'OMHQ et toute son équipe s'engagent envers ses clients à :

- 🏠 Fournir en toute circonstance des services accessibles, courtois, rigoureux, confidentiels, équitables et simplifiés.
- 🏠 Faire preuve d'écoute en recevant et en traitant leurs demandes.
- 🏠 Assurer un accompagnement en considérant leurs situations et leurs besoins.
- 🏠 Assurer la confidentialité et la protection de leurs renseignements personnels.

Pour plus de détails, vous pouvez consulter cette déclaration de services en consultant notre site Web au <https://www.omhq.qc.ca/profil/declaration-de-services-a-la-clientele>

10^e édition du tournoi de hockey balle de l'OMHQ

Le samedi 5 octobre dernier se tenait la 10^e édition du tournoi annuel de hockey balle de l'OMHQ. Pour l'occasion, trois patinoires étaient improvisées dans le stationnement de notre siège social. Une cinquantaine de joueurs et joueuses se sont disputé les grands honneurs dans deux catégories, celle des 5-10 ans et celle des 11-17 ans.

Grande nouveauté cette année, nos champions étaient déterminés non seulement par les résultats sportifs, mais aussi par l'esprit d'équipe, l'esprit sportif, le respect des consignes et l'implication de l'équipe dans le déroulement de la journée.

Rappelons que cette activité se veut une occasion pour les jeunes de nos HLM de faire équipe avec des adultes travaillant de près ou de loin avec l'OMHQ. Outre le hockey, de nombreuses activités étaient au programme tel que musique, concours de danse, jeu gonflable, maquillage, repas et de nombreux prix de présence pour les jeunes.



Nous remercions les participants, nos commanditaires et nos nombreux bénévoles sans qui cette journée ne pourrait se tenir.



Félicitations à M. Yvon Hamel, membre de notre conseil d'administration, pour sa participation comme joueur-entraîneur et la belle prestation de son équipe!

NOS IMMEUBLES

RAPPELS

Climatiseur

Si ce n'est déjà fait, nous vous rappelons que vous aviez jusqu'au **31 octobre** pour retirer votre climatiseur. Le rendement énergétique d'une fenêtre est de beaucoup supérieur en hiver sans appareil de climatisation.



Nous vous invitons à consulter notre dépliant:
Climatiser sans rien briser...

<https://www.omhq.qc.ca/documents>

Avertisseurs de fumée

Nous vous rappelons que le locataire doit s'assurer que les avertisseurs de fumée de son logement est en parfait état de fonctionnement. Il est aussi interdit de peindre ou d'altérer un avertisseur.

Un avertisseur de fumée muni d'une pile qui fonctionne bien sauve des vies.

Un conseil : lors du changement d'heure, profitez de l'occasion pour vérifier votre avertisseur de fumée et pour remplacer la pile.



Retour sur les exercices d'évacuation



L'OMHQ a profité de la saison estivale pour effectuer des exercices annuels d'évacuation dans l'ensemble du parc immobilier.

En effet, 294 bâtiments ont été inspectés par des préventionnistes en incendie et 280 ont été évacués. Le taux de participation a été de 41 % comparativement à 46 % pour 2018, et ce, malgré l'ajout d'avertisseurs sonores et visuels lors des mises aux normes effectuées dans les bâtiments. Même s'il s'agit d'un exercice, c'est important de participer!

Quelques constats récurrents :

Mauvaises habitudes	Habitudes à adopter
Les portes des buanderies, cages d'escaliers et les salons communautaires sont souvent maintenues ouvertes par un coin de bois et/ou une chaise.	Les portes coupe-feu doivent être maintenues fermées en tout temps pour éviter la propagation de la fumée et/ou du feu en cas d'incendie.
Les corridors, escaliers et accès sont obstrués par divers objets tel que : vélo, quadriporteur, panier d'épicerie, tapis, etc. Ils peuvent causer des chutes ou entraver des évacuations.	Entreposer les objets dans les endroits prévus à cet effet, soit dans votre logement, les espaces de rangement ou les rangements collectifs.

Nous tenons à féliciter les locataires des immeubles où le taux de participation a été supérieur à 70 %

- 220, 7^e Avenue
- 2930, rue Anne-Mayrand
- 640-650, rue Arago Ouest
- 45, rue Christophe-Colomb
- 1550-1560, rue Conway
- 15, rue Demers
- 2000, rue Désilets
- 2001-2003-2005, rue Désilets
- 65, avenue Eugène-Lamontagne
- 287, rue Lasalle
- 312, rue Dorchester
- 2131, rue Ledroit
- 515, boulevard Père-Lelièvre
- 1420, place des Pionniers
- 670-680, rue du Roi
- 1360, rue Saint-Martial
- 1175, rue Saint-Vallier Ouest

Le déneigement

La saison hivernale nous apportera son lot de précipitations. Voici quelques points importants pour faire en sorte qu'elle soit plus facile pour tous.

Obligations du locataire et conseils

- 🏠 Déneiger son véhicule
- 🏠 Déplacer son véhicule lors des opérations de déneigement
- 🏠 Ne pas nuire aux autres véhicules
- 🏠 Déneiger son balcon, galerie ou patio



- 🏠 Aviser l'OMHQ lorsque l'entretien est déficient
- 🏠 Aviser l'OMHQ de tout changement de courriel ou de téléphone pour le service d'alerte automatisé offert dans certains immeubles

🏠 **Lors de tempête, éviter les déplacements inutiles**

🏠 **Et surtout, faire preuve de tolérance!**



Lors de chutes de neige, notre entrepreneur débutera ses travaux dès qu'il y aura accumulation de plus de 5 cm. Nous visons à ce que les travaux se terminent dans les 48 heures suivant la fin des précipitations.

❄️ Nous vous remercions d'avance pour votre collaboration. ❄️

NOS MILIEUX DE VIE

L'important travail de nos organisatrices communautaires

Aujourd'hui, nous voulons vous faire découvrir, par des exemples concrets, l'impact que notre équipe d'organisatrices communautaires a sur la vie des gens.

Nos organisatrices communautaires préparent et réalisent des activités dans des milieux de vie où la vie associative est absente. Elles créent l'étincelle pour impliquer les locataires. Cette implication peut faire une importante différence dans la vie des gens.

Notre équipe participe aussi à plusieurs tables de concertation et est à l'affût de toutes les opportunités afin d'offrir plus de services et de ressources de proximité à nos locataires. Enfin, lors de tristes événements dans les milieux de vie, elles offrent rapidement du soutien et un suivi auprès des personnes directement touchées, mais aussi à l'ensemble des locataires. Tous ces gestes apportent à nos locataires joie, sourire et réconfort.

Ci-contre, voici ce que des locataires qui s'impliquent nous ont dit par rapport à leur contribution à la vie associative de leur milieu de vie.

Collaboration de Caroline Landry, t.s., organisatrice communautaire à l'OMHQ

« Ça me rend heureuse et quand je ne m'implique pas je déprime. Ça me fait aussi sortir de chez moi. »

« Voir la différence pour nos locataires, c'est la paye du cœur. »

« Même si on ne peut plus travailler, on peut faire quelque chose de positif dans la vie. »

« Sans comité les gens se parleraient moins et ils seraient plus isolés. »

Des nouveaux membres au Comité consultatif des résidents (CCR)

Le 15 octobre dernier, lors d'une rencontre des comités de secteurs, les locataires ont procédé à une séance d'élection pour pourvoir les postes vacants au CCR.

Nous tenons à féliciter René Paradis, Maureen Verge, Guy Otis, Graziella Biancardini, Michèle Lamarre et Annick Laberge pour leur élection. Ces nouveaux élus

rejoindront au CCR : Jacques Lacroix, Marie-France Poirier, membre du CA et représentante de la région de Québec à la FLHLMQ, Stéphanie Morin Odette Lefrançois, Yves Poulin, Hélène Bédard, membre du CA, Clément Huppé et Hélène Voyer.

Bravo et merci de votre implication!

Chantier urbain: un projet inspirant et utile

Vous avez peut-être remarqué des gens effectuer des travaux d'entretien dans votre milieu? Ces jeunes font partie d'un projet en partenariat avec le Carrefour jeunesse-emploi de la Capitale-Nationale.

Le projet *Milieu de vie OMHQ* d'une durée de 25 semaines s'adresse aux jeunes adultes entre 18 et 30 ans, sans emploi, n'étant pas aux études et résidant ou non dans un immeuble de l'OMHQ.

Le but du projet est d'intégrer ces jeunes au marché du travail. Leur expérience les amène à avoir une vision différente de leur milieu, à acquérir des outils et des compétences ainsi qu'à élargir leurs horizons. Elle leur permet de connaître une expérience de travail en équipe, ce qui les amènera, peut-être, à retourner à l'école afin de décrocher un diplôme.



En période de rareté de la main-d'œuvre, un tel projet est encourageant pour le futur. C'est sans contredit une expérience positive pour tous que nous souhaitons voir se répéter.

RENSEIGNEMENTS UTILES

Vous avez des objets volumineux (monstres) dont vous souhaitez vous départir?



Que ce soit un matelas, un téléviseur, un meuble ou tout autre objet qui ne peut être jeté aux ordures, il est de la responsabilité du locataire de communiquer avec la Ville de Québec pour la collecte de ses encombrants.

Sachez que la simple collecte des ordures résiduelles ne permet pas de disposer de ces gros objets. Vous n'avez qu'à téléphoner au 311 ou faire une demande d'intervention directement sur le site Internet de la Ville de Québec :

[cliquer ici](#)

Les objets encombrants doivent être déposés en bordure de la rue quelque temps avant la collecte prévue. De cette façon, le recours à ce service gratuit permet d'éviter que l'OMHQ engage des frais pour la disposition d'effets personnels qui seront refacturés au locataire concerné.

Le recyclage



L'adoption de saines pratiques environnementales est un sujet d'actualité qui retient de plus en plus l'attention dans notre société. Mais comment poser un geste écoresponsable au quotidien en tant que citoyen?

Pour les locataires qui ont la possibilité d'utiliser les dispositifs de recyclage disponibles dans leur immeuble, la Ville de Québec a mis à jour le *Guide du tri*. Ce guide a été conçu pour aider à différencier les objets qui sont recyclables de ceux qui doivent être jetés aux ordures ou encore ceux qui doivent être portés à l'écocentre le plus près de chez vous pour en disposer de façon écologique.

Dans le doute, vous pouvez consulter en tout temps le *Guide du tri* sur le site Internet de la Ville.

**GUIDE
DU
TRI**

[cliquer ici](#)

Gestes à poser pour la reconduction de votre bail

Vous recevrez prochainement un avis pour renouveler votre bail. Voici quelques conseils pour procéder de façon efficace. Dès la réception du premier avis de renouvellement de bail de chaque année, vous devez cocher OUI ou NON, SIGNER cet avis et nous le retourner même si votre déclaration d'impôt n'est pas complétée. Ceci nous indiquera rapidement que vous désirez renouveler votre bail et que par la suite, vous nous ferez parvenir vos preuves de revenus dès que celles-ci seront disponibles.

Nous vous rappelons aussi qu'il est dans l'obligation d'un ménage bénéficiant d'un logement subventionné de fournir tous les documents requis pour le calcul de la subvention et du loyer. Un refus par le locataire de nous fournir tous les renseignements requis pourrait entraîner des procédures jusqu'à la Régie du logement.

Du changement dans la composition de votre ménage ?

Nous vous rappelons que vous devez nous informer, et ce, dans le mois, de tout changement dans la composition de votre ménage. Ce geste est important afin de s'assurer du juste calcul de votre subvention et de votre loyer. Le départ d'occupants pourrait vous permettre une réduction de loyer en cours de bail. Quant à l'ajout d'occupants, ils doivent être avant tout autorisés, mais n'auront aucune incidence sur le coût de votre loyer avant la date de renouvellement de votre bail.

Pour toute information au sujet de votre calcul de subvention, vous pouvez communiquer avec votre technicienne à la location.

418 780-5200

DIVERTISSEMENT

Exercices maison

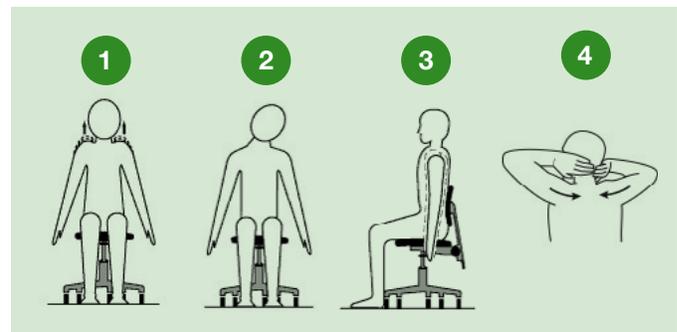
Avouons que nous sommes toujours plus motivés à faire une randonnée à pied, à vélo ou en ski de fond, quand la température est clémente. Mais, lorsqu'il pleut ou qu'il fait froid, ce n'est pas la même chose. Que faire lorsque nous n'avons vraiment pas le goût d'aller dehors? Eh bien, nous faisons de petits exercices maison qui sauront nous détendre dans le confort de notre foyer.

1 Haussement des épaules

Cet exercice vise à soulager les symptômes précoces de raideur ou de tension dans la région des épaules et du cou. Lever les épaules en direction de ses oreilles jusqu'à ce qu'on ressente une légère tension dans le cou et les épaules. Maintenir cette position pendant trois à cinq secondes. Relâcher ensuite les épaules en position normale. Répéter l'exercice deux ou trois fois.

2 Détente du cou

Cet exercice contribue à détendre les muscles du cou. Pencher lentement la tête du côté gauche, en essayant de toucher l'épaule gauche avec son oreille. Faire le même mouvement du côté droit. Baisser lentement le menton vers la poitrine. Effectuer une rotation complète de la tête à gauche, puis à droite.



3 Rotation des épaules

Cet exercice contribue à détendre les muscles des épaules. Rouler lentement les épaules vers l'arrière cinq fois, dans un mouvement circulaire. Répéter vers l'avant.

4 Étirement de la poitrine

Placer les mains derrière la tête et serrer les omoplates ensemble.

L'hiver peut aussi créer de l'isolement, n'hésitez pas à essayer des rencontres en groupe, ces expériences se font dans le plaisir, motivent à bouger et renforcent les liens sociaux.



Quiz - Vrai ou Faux ✓

Testez vos connaissances sur le paiement du loyer à l'OMHQ

Questionnaire		Vrai	Faux
1	Le pourcentage de loyers impayés à l'OMHQ se situe aux alentours de 10 %.		
2	Le paiement du loyer peut être fait avant le 20 ^e jour du mois.		
3	En moyenne, il y a une éviction pour un motif de non-paiement à toutes les semaines dans les immeubles appartenant à l'OMHQ.		
4	Lorsque le paiement du loyer est effectué par virement bancaire, il faut considérer un délai de traitement de votre institution bancaire. Ce délai varie entre 2 à 3 jours ouvrables avant que l'OMHQ reçoive le paiement.		
5	Il est maintenant possible de payer son loyer ou une facture par carte de crédit.		
6	Le paiement préautorisé du loyer qui est prélevé dans le compte bancaire du locataire peut être arrêté à tout moment.		
7	À la fin du bail, si le locataire quitte son logement avec un montant de loyer impayé à l'OMHQ, celui-ci deviendra inadmissible à un logement subventionné pendant 5 ans.		

Réponses		Vrai	Faux
1	FAUX. Le taux de non-perception varie entre 0,4 % et 0,6 % des loyers. Ce taux est très bas comparativement au marché locatif privé. Les locataires de l'OMHQ s'acquittent donc très bien de leur obligation.		✓
2	FAUX. Le paiement du loyer est toujours payable le 1 ^{er} du mois, même si ce jour est situé dans une fin de semaine ou lors d'un jour férié, sans quoi des recours à la Régie du logement peuvent être entrepris.		✓
3	FAUX. Il y a moins de 4 évictions par année.		✓
4	VRAI. Comme tous les paiements de factures effectués par Internet, pour s'assurer de respecter la date de réception dans le compte de l'OMHQ, le paiement doit s'effectuer quelques jours d'avance.	✓	
5	FAUX. L'OMHQ accepte exclusivement les paiements en argent au comptoir de la perception, par prélèvement préautorisé, par chèque ou par virement bancaire.		✓
6	VRAI. Le locataire qui souhaite arrêter son paiement préautorisé doit en aviser le service de la perception au minimum 3 jours avant le 1 ^{er} du mois.	✓	
7	VRAI. Le locataire qui souhaite revenir dans un logement subventionné devra acquitter la somme due qui demeure à son compte à l'OMHQ. Pour ce faire, il est possible de conclure une entente de paiement sans intérêt.	✓	

NOUS JOINDRE

Informations **418 780-5200**

Demandes
de réparation **418 780-5222**

www.omhq.qc.ca 



Heures d'ouverture Du lundi au vendredi

- de 8 h 30 à 12 h
- et de 13 h à 16 h 30



Urgences: 418 691-6647

- 24 heures sur 24, 7 jours sur 7



Horaire du temps des fêtes

Nos bureaux seront fermés à compter du mardi 24 décembre 2019 et nous serons de retour le vendredi 3 janvier 2020. Pendant cette période, en cas d'urgence, veuillez composer le numéro suivant : **418 691-6647**.

Nous profitons de cette publication pour vous rappeler que, comme par les années passées, nous assurerons le service avec des effectifs réduits au cours de la période des fêtes. Nous sollicitons votre collaboration et votre compréhension habituelles.



Rejoignez-vous
à notre équipe!

drh@omhq.qc.ca

www.omhq.qc.ca



Membre du
**GRUPE
ENTREPRISES
EN SANTÉ**



110 rue de Courcellette, Québec (Qc) G1N 4T4

NUMÉROS À RETENIR

211

Service d'information et de référence sur les ressources
communautaires existantes

311

Rebuts volumineux (monstres)

811*

INFO-SANTÉ ET INFO-SOCIAL

911

Urgence

1 800 790-2424

Hydro-Québec (INFO-PANNES)
pannes.hydroquebec.com/pannes/

*Connaissez-vous l'Info-Social 811 ?

Info-Social 811 est un service de consultation téléphonique gratuit et confidentiel. Le 811 est le numéro de téléphone unique de ce service. Composer le 811 permet de joindre rapidement un professionnel en intervention psychosociale en cas de problème psychosocial. Le service est offert 24 heures par jour, 365 jours par année. Toute personne résidant au Québec peut appeler Info-Social 811 pour elle-même ou pour un proche.

Un service accessible, gratuit, pour vous, vos proches et vos voisins.

Convention de la poste-publication no: 40009062
Retourner toute correspondance ne pouvant être livrée au Canada à:
OMHQ – 110, rue de Courcellette, Québec (Québec) G1N 4T4
Courriel: lecontact@omhq.qc.ca

Dépôt légal, Bibliothèque et Archives nationales du Canada, juin 2003
ISSN 1703 - 3829

Bulletin d'échange d'information Le Contact