

L'EXPRESS DE L'INSTITUT

INSTITUT UNIVERSITAIRE DE CARDIOLOGIE ET DE PNEUMOLOGIE DE QUÉBEC – UNIVERSITÉ LAVAL

Édition du 15 février 2023

| | |
|---|----------|
| ÉVÉNEMENTS | 2 |
| INVITATION AUX MARCHES DU MOIS DE LA SANTÉ DU CŒUR! – RAPPEL | 2 |
| JOURNÉE DE SENSIBILISATION À LA MALADIE VALVULAIRE CARDIAQUE..... | 2 |
| TÉLÉCONFÉRENCE MULTIDÉPARTEMENTALE | 3 |
| ÇA MARCHE DOC! SAMEDI DE MARCHER À LA FONDATION DE L'IUCPQ – PAVILLON FERDINAND-VANDRY : 18 FÉVRIER 2023..... | 3 |
| BABILLARD | 4 |
| NOUVELLE IDENTIFICATION VISUELLE..... | 4 |
| AVIS DE MAINTENANCE INFORMATIQUE : MISE À NIVEAU MICROSOFT OFFICE | 5 |
| PROGRAMME D'AIDE AUX EMPLOYÉS ET LEUR FAMILLE (PAEF) : SOLUTION MIEUX-ÊTRE LIFEWORKS EST DÉSORMAIS TELUS SANTÉ..... | 5 |
| CONNAISSEZ-VOUS LE NOMBRE DE CHUTES SUR GLACE QUI ARRIVE CHAQUE ANNÉE?..... | 6 |
| CAFÉ BIENVEILLANT DU 8 FÉVRIER DERNIER : SE RETROUVER ENSEMBLE EN « VRAI »!..... | 6 |
| ASSOUPLISSEMENTS DES MESURES SANITAIRES : MASQUE DE PROCÉDURE | 6 |
| L'INSTITUT FIER DE VOUS! | 7 |
| ENSEMBLE, RECONNAISSONS LA VALEUR AJOUTÉE DE NOS INFIRMIERS ET INFIRMIÈRES D'EXCEPTION | 7 |
| PROFITEZ DE LA PLATEFORME EN LIGNE ÉNERGIE CARDIO!..... | 8 |
| PLANIFIER DES REPAS SIMPLES : DU GARDE-MANGER À L'ASSIETTE | 8 |
| FORMATION — ARYTHMIES CARDIAQUES : APPROCHE ESSENTIELLE POUR UNE PRATIQUE CLINIQUE DE QUALITÉ..... | 8 |
| FONDATION | 9 |
| DÉBUT DES INSCRIPTIONS À LA 14 ^E ÉDITION DU CYCLO-DÉFI IUCPQ..... | 9 |
| CYCLO-DÉFI IUCPQ : RABAI POUR LES 30 PREMIERS EMPLOYÉS INSCRITS –RAPPEL | 9 |
| JOURNÉE INTERNATIONALE DES FEMMES ET DES FILLES DE SCIENCE | 9 |
| PROMOTION BIEN AU CHAUD : MANTEAUX AVALANCHE | 10 |
| CHEVALIERS DE COLOMB | 10 |

Présence de l'Institut sur les réseaux sociaux



Page officielle



Groupe officiel



@IUCPQ



Fondation IUCPQ

ÉVÉNEMENTS

Invitation aux marches du Mois de la santé du cœur! - Rappel

Dans le cadre du Mois de la santé du cœur et en collaboration avec la Fondation IUCPQ, nous vous invitons à participer aux marches de février pour découvrir les bienfaits d'un mode de vie actif en compagnie de professionnels de la santé et de personnalités publiques. D'une distance d'environ 3-4 km, ces marches ludiques se déroulent chaque samedi matin du mois de février et le départ se fait à 10 h.

Voici l'horaire et le lieu de départ des marches restantes :

- Samedi 18 février, 10 h : Devant le pavillon Marguerite-d'Youville de l'Institut (2700 boulevard Quatre-Bourgeois)
- Samedi 25 février, 10 h : Devant le pavillon Marguerite-d'Youville de l'Institut

Prix de présence à chaque marche!

[Pour tous les détails](#)

Des questions? Écrivez à contact@santeurbanite.org.

SANTÉ URBANITÉ

Journée de sensibilisation à la maladie valvulaire cardiaque

Saviez-vous que la maladie valvulaire cardiaque touche plus d'un million de personnes au Canada? Le **22 février** prochain, Journée de sensibilisation à la maladie valvulaire cardiaque, venez nous rencontrer au kiosque à la sortie du tunnel près du carrefour, entre 11 h et 14 h.

Vous pourrez vous informer sur les maladies valvulaires cardiaques et mieux connaître les risques et les symptômes qui y sont liés.

Cette campagne internationale vise à lutter contre la prochaine épidémie cardiovasculaire et par le fait même, de sauver des vies. Jusqu'à présent, les symptômes sont méconnus et les examens de dépistage sont insuffisants. Une maladie valvulaire cardiaque peut être présente dès la naissance ou se développer avec le temps, résultant d'une calcification, d'une autre maladie ou affection cardiovasculaire, du diabète, de l'hypertension, d'une infection, d'une inflammation ou d'une radiothérapie du thorax. Heureusement, la maladie peut généralement être traitée avec succès par une réparation ou un remplacement valvulaire chez les patients de tous âges et de toutes origines ethniques.

[Pour consulter le dépliant Une voix aux maladies valvulaires.](#)

[Pour visionner la vidéo de la journée de la valvulopathie.](#)

[Pour en savoir plus.](#)

L'ÉQUIPE DU DR PHILIPPE PIBAROT

Téléconférence multidépartementale

D^{re} Gabrielle Fortin, médecin, professeure et chercheuse vous présentera la téléconférence : **Déterminer les objectifs de soins avec la personne malade et ses proches : repères pour bien communiquer et collaborer.**



La téléconférence aura lieu par Teams le **mercredi 22 février, de 7 h à 8 h.**

Elle sera enregistrée et déposée sur l'intranet dans la section *Employé / Activités de formation.*

Si vous désirez y assister et n'avez pas reçu l'invitation Teams, contactez le poste 4547.

LA DIRECTION DE L'ENSEIGNEMENT ET DES AFFAIRES UNIVERSITAIRES

Ça marche doc! Samedi de marcher à la Fondation de l'IUCPQ – Pavillon Ferdinand-Vandry : 18 février 2023

La prochaine marche aura lieu en présence de la Dre Marie-Eve Piché, cardiologue. Le point de rencontre est au 2700 Chemin Quatre-Bourgeois, soit devant la Fondation IUCPQ le samedi 18 février à 10 h. Nous ferons l'aller-retour de la Fondation IUCPQ jusqu'au Pavillon Ferdinand-Vandry de l'ULaval.

[Pour s'inscrire en ligne.](#)

[Pour information.](#)

L'ÉQUIPE DE ÇA MARCHE DOC!

[Retour Table des matières](#)

BABILLARD

Nouvelle identification visuelle



Nous sommes heureux de dévoiler aujourd'hui la nouvelle identification visuelle du comité du développement durable réalisée par le Service de l'audiovisuel. Le développement durable s'appuie sur une vision à long terme qui prend en compte le caractère indissociable des dimensions environnementale, sociale et économique des activités de développement. C'est dans l'esprit de la loi sur le développement durable que cette identification visuelle a été développée.

À chaque occasion où cela sera possible, la nouvelle identification visuelle accompagnera les actions du comité du développement durable de l'Institut.

LE COMITÉ DU DÉVELOPPEMENT DURABLE

Recrutement de volontaires pour une étude sur l'alignement circadien des professionnels de la santé à l'IUCPQ-ULaval



Cette étude vise à caractériser le rythme biologique des professionnels de santé en milieu hospitalier. Les résultats de cette étude pourront guider la proposition d'orientations pour mieux préserver le rythme biologique et le bien-être de ces intervenants.

Critères d'admissibilité :

- Professionnels de la santé (infirmiers(-ères) PAB) travaillant à l'Institut
- Travaillant à temps plein (8-10/14)
 - De jour (8 h à 16 h ou 8 h à 20 h)
 - De nuit (00 h à 8 h ou 20 h à 8 h)

Votre participation :

- Une visite au centre de recherche de l'Institut (durée : 90 minutes);
- La visite comprend : Questionnaires, prises de sang, mesure de la composition corporelle, pression artérielle, journal d'activités et podomètre pendant 23 jours.

Numérisez-moi



Pour participer ou pour avoir plus d'information, contactez-nous : circadien@criucpq.ulaval.ca ou par téléphone : 418 656-8711 poste 2466. Cette étude a été approuvée par le comité d'éthique de la recherche de l'Institut (CER : 22034) et est supervisée par la D^{re} Maria-Cécilia Gallani.

LE BUREAU DU COMITÉ D'ÉTHIQUE DE LA RECHERCHE

Avis de maintenance informatique : mise à niveau Microsoft Office

À partir de maintenant et progressivement dans les prochaines semaines, la DRI mettra à jour la suite logicielle Microsoft Office 2013 sur l'ensemble des postes connectés au réseau de l'hôpital. L'installation sera automatisée et pourrait dans certains cas redémarrer l'ordinateur pour en finaliser l'installation.

Bien que l'équipe informatique ait pris les mesures nécessaires afin de s'assurer proactivement que le rehaussement n'affecte pas les logiciels nécessitant MS Office pour leur fonctionnement, il se pourrait que nous ayons certains contrecoups et que quelques logiciels éprouvent des problèmes à la suite de la mise à jour. Dans ce cas, nous vous invitons à ouvrir un billet C2 afin que la situation soit prise en charge.

Nos équipes seront à l'affût des situations qui pourraient survenir et pourront réagir rapidement en cas de problématique inattendue soumise à notre attention.

Merci de votre collaboration.

LA DIRECTION DES RESSOURCES INFORMATIONNELLES

Programme d'aide aux employés et leur famille (PAEF) : Solution Mieux-être LifeWorks est désormais TELUS Santé



Nous vous informons que le fournisseur du PAEF est dorénavant *TELUS Santé*, qui a fait l'acquisition de *Solution Mieux-être LifeWorks* au cours des derniers mois. À noter qu'aucun changement n'a été effectué à votre programme.

Les accès Web, les numéros de téléphone et les applications sont inchangés pour le moment. Nous vous ferons part de toute mise à jour selon le cas, dès que nous aurons de l'information à cet effet.

Rappelons que les services du PAEF sont confidentiels et sans frais. Ils visent à faciliter l'accès à des services professionnels lors de difficultés inhérentes à la santé et au bien-être psychologique, que ce soit pour vous ou un membre de votre famille immédiate. Des outils en ligne sont aussi disponibles pour vous accompagner face à différentes difficultés de la vie. Le nombre total de consultations annuelles (du 1^{er} avril au 31 mars) est de **six par famille**. Les services de consultation incluent des services de psychoéducation (enfants) et de conseils juridiques.

Pour accéder à votre PAEF, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, appeler au 1 855 612-2998. Pour en savoir plus, consulter l'intranet ou la plateforme de [Telus Santé \(auparavant LifeWorks\)](#). Dans l'intervalle, si vous avez un besoin immédiat ou éprouvez des difficultés à obtenir des ressources, contactez-nous.

Programme d'aide aux médecins du Québec (PAMQ) : Vous pouvez rejoindre le PAMQ en composant le numéro sans frais le 1 800 387-4166. Que vous soyez médecin, résident ou étudiant, consultez le [site web du PAMQ](#) ou votre direction.

L'ÉQUIPE DE SOUTIEN PSYCHOSOCIAL ET SPIRITUEL

[Retour Table des matières](#)

Connaissez-vous le nombre de chutes sur glace qui arrive chaque année?

Tu veux du temps de glace, mais pas à l'Institut!

Les conditions atmosphériques changent chaque année et nos mesures de prévention ont un grand impact pour réduire le nombre de chutes. Voici un portrait des événements accidentels liés à la glace lors des dernières années :

| Année | Total | Avec perte de temps |
|-----------|-------|---------------------|
| 2018-2019 | 37 | 5 |
| 2019-2020 | 23 | 4 |
| 2020-2021 | 9 | 2 |
| 2021-2022 | 21 | 1 |

Continuons à prévenir les événements accidentels liés à la glace, tous ensemble.

Si un trottoir ou un stationnement ressemble à une patinoire ou est mal déneigé, informez-en l'agent de sécurité ou téléphonez au poste 5632.

LE SERVICE DE PRÉVENTION SST ET MIEUX-ÊTRE AU TRAVAIL

Café bienveillant du 8 février dernier : se retrouver ensemble en « vrai »!

La communauté bienveillante était conviée le 8 février dernier pour souligner le premier anniversaire de notre réseau de soutien par les pairs au sein de toutes les directions de l'Institut. Ce fut l'occasion de se retrouver ensemble pour jaser de l'importance d'être bienveillants et bienveillantes, pour soi d'abord et pour les autres. Nous remercions toutes les personnes qui ont participé à la réalisation de l'événement. Merci spécial à M^{me} Karine Chouinard pour les magnifiques *cupcakes*! Pour en savoir plus sur l'événement, veuillez consulter le *Babillard*.

Rappelons que la formation « [Devenir veilleur](#) » sur l'ENA est accessible à tous et à toutes. Pour faire partie de notre réseau de soutien par les pairs, contactez-nous.

Soutienpsychosocial.iucpq@ssss.gouv.qc.ca



LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES ET DES COMMUNICATIONS

Assouplissements des mesures sanitaires : masque de procédure

Depuis le 12 février, certaines mesures sanitaires se sont assouplies.

Le retrait du masque de procédure est possible pour les intervenants et intervenantes ne travaillant pas auprès des usagers ou usagères dans les pavillons Y, M, R, E, B et T lorsqu'ils sont dans leurs aires de travail.

Le port du masque reste obligatoire lors des déplacements dans l'Institut.

Pour connaître l'ensemble des assouplissements à venir, consultez le communiqué interne disponible dans l'intranet.

LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES ET DES COMMUNICATIONS

L'Institut fier de vous!

Nous sommes fiers de pouvoir compter sur des intervenants et intervenantes comme vous!

Vous recevez régulièrement divers prix, reconnaissances ou mentions d'honneur de la part de différents partenaires, ordres ou instances.

Cette rubrique vous présente les dernières nouvelles :

- [Le Centre de recherche de l'Institut au 4^e rang du classement *Canada's Top 40 Research Hospitals 2022* pour sa performance « coût / chercheur »](#)

LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES ET DES COMMUNICATIONS

Ensemble, reconnaissons la valeur ajoutée de nos infirmiers et infirmières d'exception

Annuellement, l'Ordre régional des infirmières et des infirmiers du Québec (ORIIQ) souhaite promouvoir le travail remarquable d'un de ses membres lors de son gala reconnaissance.

Ainsi, afin de souligner la contribution exceptionnelle d'un infirmier, d'une infirmière, d'un infirmier praticien spécialisé ou d'une infirmière praticienne spécialisée (IPS) par l'excellence de soins qu'il ou elle offre à la clientèle de l'Institut, le comité exécutif des infirmières et infirmiers (CECII) sollicite votre aide pour reconnaître votre travail extraordinaire ou celui d'un ou d'une collègue qui se démarque dans le milieu.

Voici les critères de mise en candidature :

- Briller par **l'excellence de sa pratique**;
- Être au **souci de la personne et de sa famille**;
- Être reconnu(e) comme une **ressource précieuse**;
- Se distinguer par son **engagement professionnel**.

Pour procéder, vous devrez remplir un simple questionnaire et produire une courte lettre d'appui mentionnant pourquoi la candidature proposée mérite cette distinction. Il est à noter que la **date limite pour l'envoi de candidatures** est le **1^{er} mars 2023**. Pour plus d'informations, veuillez consulter le lien suivant : [Procédure et critères précis de mise en candidature](#).

LES MEMBRES DU CECII

[Retour Table des matières](#)

Profitez de la plateforme en ligne **Énergie Cardio!**

Profitez de plus de 200 cours en ligne différés et plus de 75 cours en ligne en direct.

La plateforme vous donne accès à différents types d'entraînement et à des cours de méditation, pour aider avec la gestion du stress. De plus, vous pouvez vous entraîner en famille avec la nouvelle section à cet effet.

Pour les modalités de connexion, consultez la section *Employé / Activités physiques* dans l'intranet.

Votre comité santé et mieux-être



Planifier des repas simples : du garde-manger à l'assiette

Assister au nouveau cours de nutrition!

Il vous permet d'être mieux outillés pour planifier vos repas. En assistant à ce cours de deux heures, vous apprendrez les concepts de base d'une alimentation équilibrée et des façons de s'organiser pour faciliter la planification et la préparation des repas. Des aliments pratiques à avoir sous la main seront présentés ainsi que des trucs et astuces pour économiser du temps et de l'argent.

Le cours se termine par une dégustation de recettes rapides et nutritives.

Vous recevrez également les documents d'enseignement, les outils présentés et un recueil de recettes.

Pour information et inscription : 418 656-8711, poste 5416

L'ÉQUIPE DU PPMC

Formation — **Arythmies cardiaques : approche essentielle pour une pratique clinique de qualité**

Cette formation de 14 semaines, débutant le 13 mars 2023, offre 10,5 unités d'éducation continue. Celle-ci porte sur l'évaluation de l'expérience de santé d'un patient à risque de présenter ou présentant une arythmie cardiaque ainsi que sur les interventions liées à l'identification, à la prévention et au traitement des arythmies.

Cette **formation est fortement recommandée** au personnel infirmier non formé et intéressé par un poste dans les secteurs visés par l'exigence du cours d'arythmie.

Pour obtenir tous les détails, consultez le *Babillard* de l'intranet ou cliquez sur le lien suivant : [Arythmies cardiaques : approche essentielle pour une pratique clinique de qualité.](#)

LA DIRECTION DES SOINS INFIRMIERS

FONDATION

Début des inscriptions à la 14^e édition du Cyclo-Défi IUCPQ

Venez pédaler avec nous le dimanche **10 septembre** prochain dans le cadre de la 14^e édition du Cyclo- Défi IUCPQ! Le tarif d'inscription est de 140 \$ par personne jusqu'au 30 avril, les tarifs augmenteront par la suite. Le coût d'inscription inclut le maillot exclusif de l'activité, la boîte à lunch et des ravitaillements.

La période d'inscription commence aujourd'hui : www.cyclodefi-iucpq.com.

Soyez des nôtres!



Cyclo-Défi IUCPQ : rabais pour les 30 premiers employés inscrits –Rappel

Le comité santé mieux-être (CSME) de l'Institut offre aux membres du personnel la chance de profiter d'un rabais avantageux sur leur inscription au Cyclo-Défi IUCPQ. Ne tardez pas, car seuls les 30 premiers inscrits pourront bénéficier d'un rabais de 75 \$ sur leurs frais d'inscription!

Pour profiter de ce rabais, il suffit de remplir le formulaire de demande de remboursement « Remboursement - frais de déplacement et autres dépenses » de l'Institut, disponible dans l'intranet dans la section : *Soutien administratif / Formulaires administratifs*. Les personnes qui souhaitent participer devront absolument s'être inscrites et avoir payé leur inscription au complet sur le site web de l'activité.

Journée internationale des femmes et des filles de science

La Journée internationale des femmes et des filles de science se déroulait samedi dernier. Pour l'occasion, nous avons envie de faire rayonner l'expertise de D^{re} Marie-Ève Piché, cardiologue au secteur prévention/réadaptation cardiovasculaire de l'Institut depuis maintenant quatre ans, et professeure au département de médecine de l'Université Laval.

Dans le cadre de ses recherches, D^{re} Piché s'intéresse particulièrement à la santé cardiovasculaire des femmes. Elle collabore d'ailleurs à plusieurs études nationales et internationales en prévention cardiovasculaire chez les femmes et les populations de diverses origines ethniques.



« Il existe d'importantes lacunes dans les connaissances sur la santé cardiovasculaire des femmes ce qui est une grande source de motivation à la poursuite de mes travaux de recherche et mon implication pour améliorer les soins de santé offerts aux femmes. »

[Découvrir le parcours de D^{re} Marie-Ève Piché.](#)

Promotion bien au chaud : manteaux Avalanche

Dès aujourd'hui, profitez d'un rabais exclusif aux employés de l'Institut sur l'achat d'un manteau Avalanche tout en supportant notre Fondation. Cette promotion s'applique sur dix articles sélectionnés. Tous les manteaux commandés seront livrés au bureau de la Fondation où vous pourrez les récupérer.

Pour passer votre commande en ligne, rendez-vous sur la [plateforme Web](#) et utilisez le mot de passe : **IUCPQ2023**.



Chevaliers de Colomb

Les Chevaliers de Colomb seront présents dans l'entrée principale de l'Institut le **22 février** prochain afin de vendre des billets dans le cadre de leur campagne de collecte de fonds annuelle. Une partie des profits de la vente de ces billets sera versée à la Fondation.



**Chevaliers
de Colomb**®

Il est important de noter que **seuls les paiements en argent comptant seront acceptés**.

Nous vous remercions à l'avance de votre générosité!

[Retour Table des matières](#)