

L'EXPRESS DE

L'INSTITUT

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

Édition du 1^{er} novembre 2023

ÉVÉNEMENTS	2
JOURNÉE CLINIQUE DE CARDIOLOGIE DE L'INSTITUT	2
2 ^E ÉDITION DU CAFÉ BIENVEILLANT	2
BABILLARD	3
ENREGISTREMENT DU WEBINAIRE « LA RÉOLUTION DE CONFLIT EN MILIEU DE TRAVAIL »	3
LA CAMPAGNE DE VACCINATION CONTRE L'INFLUENZA SE POURSUIT À L'INSTITUT	3
AVIS DE MAINTENANCE INFORMATIQUE.....	3
COVOITURAGE : L'INSTITUT PASSE DE NETLIFT À ALLONS!	4
FRANC SUCCÈS POUR LA 32 ^E ÉDITION DES JOURNÉES SCIENTIFIQUES DE LA RECHERCHE	4
L'INSTITUT FIER DE VOUS!	5
LA MALTRAITANCE : NOUVEAU FORMULAIRE	5
GALA RECONNAISSANCE 2023 : VOYAGER DANS L'INSTITUT	5
DÉCLARATION DE SITUATIONS DANGEREUSES :TMS.....	6
ENREGISTREMENT DISPONIBLE DE LA VISITE GUIDÉE DE LA NOUVELLE URDM	6
BOUGER ENTRE COLLÈGUES!	7
PROFITEZ D'UN RABAIS CHEZ STRØM SPA	7
COURS DE NUTRITION - PLANIFIER DES REPAS SIMPLE : DU GARDE-MANGER À L'ASSIETTE	7
LES SEPT PENSÉES BIENVEILLANTES DU MOIS DE NOVEMBRE.....	8
VOUS DÉSIREZ MAXIMISER VOTRE SITUATION FINANCIÈRE?	8
FORMATION LINGUISTIQUE EN ANGLAIS AVEC MCGILL	9
FONDATION	10
LES FOUS DE LA RAMPE, ÇA COMMENCE VENDREDI!	10
MOIS DE LA SENSIBILISATION AU CANCER DU POUMON.....	10

Présence de l'Institut sur les réseaux sociaux



Page officielle



Groupe officiel



@iucpq.ulaval



@IUCPQ



Fondation IUCPQ

ÉVÉNEMENTS

Journée clinique de cardiologie de l'Institut

Pédagogia – secteur des formations accréditées de la Faculté de médecine de l'Université Laval, en collaboration avec l'Institut, vous invitent à participer à l'édition d'automne de la Journée clinique de cardiologie de l'IUCPQ-ULaval.

L'événement se déroulera le **4 novembre 2023 de 8 h à 16 h 30** au pavillon Ferdinand-Vandry de l'Université Laval. Vous pourrez aussi y assister en ligne à l'aide de la plateforme Zoom.

Consultez le programme sur le *Babillard* de l'intranet.

[Je m'inscris à la formation.](#)

La date limite pour vous inscrire afin d'y assister en personne était le 30 octobre 2023. Cependant vous avez **jusqu'à ce soir 23 h 59** pour la participation en ligne.



Vous avez des questions? Écrivez à : pedagogia.dpc@fmed.ulaval.ca.

Nous vous attendons en grand nombre!

2^e édition du café bienveillant



L'équipe de soutien psychosocial et spirituel est heureuse de convier les bienveillants et bienveillantes, de même que toutes les personnes intéressées à promouvoir la bienveillance à l'Institut, à un café bienveillant qui se tiendra le **15 novembre 2023 de 11 h 30 à 13 h et de 14 h 45 à 16 h** à l'auditorium, local Y2260.

Cette activité est une merveilleuse occasion de rencontrer les bienveillants et bienveillantes de toutes les directions de l'Institut, d'apprendre à se connaître autour d'un café et d'une surprise sucrée! Rappelons-nous, lors de la première édition en février dernier, des magnifiques et délectables cupcakes concoctés par M^{me} Karyne Chouinard!

C'est un rendez-vous à ne pas manquer qui vaut le détour!

Pour faire partie de notre réseau de soutien par les pairs, informez votre gestionnaire de votre intérêt et suivez la formation « [Devenir veilleur](#) » sur l'ENA.

Pour toute question, contactez-nous au soutienpsychosocial.iucpq@ssss.gouv.qc.ca

L'ÉQUIPE DE SOUTIEN PSYCHOSOCIAL ET SPIRITUEL

[Retour Table des matières](#)

BABILLARD

Enregistrement du webinaire « La résolution de conflit en milieu de travail »

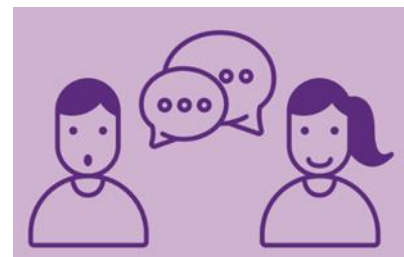
Votre équipe de soutien psychosocial et spirituel, en collaboration avec votre programme d'aide aux employés et à la famille (Telus Santé), vous invite à visionner un webinaire sur la résolution de conflit. Tant dans sa vie personnelle que professionnelle, il peut être difficile de savoir comment aborder un conflit. Si elle demeure non résolue, la situation conflictuelle peut, notamment, occasionner des tensions dans les équipes de travail. Apprenez-en davantage sur les stratégies de résolution de conflit.

[La résolution de conflit en milieu de travail](#) et [Guide du participant](#).

Mot de passe : webinaireIUCPQ

Le webinaire sera **disponible jusqu'au 25 octobre 2024**.

Pour toute question, écrivez à soutienpsychosocial.iucpq@ssss.gouv.qc.ca ou composez le poste 8009, option 3.



L'ÉQUIPE DE SOUTIEN PSYCHOSOCIAL ET SPIRITUEL

La campagne de vaccination contre l'influenza se poursuit à l'Institut

Vous pouvez dès demain amorcer la vaccination par les pairs sur les unités de soins pour l'**influenza** et sur rendez-vous également. Pour prendre rendez-vous, visitez notre page intranet *Employé/Prévention, santé et sécurité au travail/Vaccination*.

Par ailleurs, la vaccination pour la **COVID-19** avec le personnel du CIUSSS de la Capitale-Nationale se termine ce mercredi 1^{er} novembre. Par la suite, les personnes qui voudront recevoir ce vaccin devront s'inscrire sur Clic Santé, comme pour la population en général.

L'ÉQUIPE DE PRÉVENTION EN SANTÉ, SÉCURITÉ ET MIEUX-ÊTRE AU TRAVAIL

Avis de maintenance informatique

Notez que plusieurs interventions sont prévues dans les jours à venir :

- **Judi 2 novembre (12 h à 17 h)** : Rappel – Avis de maintenance informatique : arrêt Virtuo-SM (RH et Paie)
- **Mardi 7 novembre (18 h 30 à 20 h 30)** : Rappel – Avis de maintenance informatique : arrêt-départ TD Synergy
- **Mercredi 8 novembre (5 h à 7 h)** : Entretien préventif Crescendo

Pour connaître les détails, consultez le *Babillard* de l'intranet.

LA DIRECTION DES RESSOURCES INFORMATIONNELLES

Covoiturage : l'Institut passe de Netlift à Allons!



La nouvelle application de covoiturage [Allons](#) est maintenant offerte à tout le personnel de l'Institut grâce à un partenariat avec l'entreprise québécoise [Greenplay](#). Celle-ci vise à faciliter vos déplacements domicile-travail en vous proposant des jumelages avec des collègues de l'Institut.

Lorsque vous effectuez du covoiturage en utilisant l'application Allons, vous avez la possibilité **d'accéder à un espace de stationnement dans le parc A de l'Institut gratuitement**, même lorsque vous ne possédez

pas de permis de stationnement. Pour tous les détails, consultez l'Intranet dans la section *Employé/Transports/Voiture/Covoiturage*.

Allons vous permet de diminuer votre empreinte carbone, de renforcer vos liens sociaux et de partager les frais de déplacement.

Une solution gagnante pour vous et pour la planète!



LE COMITÉ DE MOBILITÉ DURABLE

Franc succès pour la 32^e édition des journées scientifiques de la recherche



Les journées scientifiques permettent aux étudiants et étudiantes ainsi qu'aux professionnels et professionnelles de recherche de présenter les résultats de leurs projets de recherche tout en leur offrant l'opportunité d'échanger et de partager avec les membres de la communauté scientifique de l'Institut.

Cette année, c'est 26 présentations longues, 20 présentations en 180 secondes et 87 présentations par affiche qui ont été réalisées.

Ces journées sont également l'occasion de souligner l'excellence et la qualité du travail des étudiantes et étudiants avec l'attribution de prix pour les présentations. Le prix FRQS pour la meilleure présentation orale longue a été attribué à **Marianne Gagnon**, étudiante au doctorat avec le [Dr Richard Kinkead](#), chercheur à l'Institut, pour sa présentation « Isolement social et stress chronique : une stimulation sexe-spécifique des neurones orexinergiques ».

L'événement s'est déroulé au pavillon Alphonse-Desjardins de l'Université Laval les 10 et 11 octobre derniers.

LA DIRECTION DE LA RECHERCHE UNIVERSITAIRE

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 :

- [Marie-Andrée Marcoux, hygiéniste dentaire au service des maladies du cœur](#)
- [La révolution active : un ouvrage pour faire bouger les choses en santé](#)
- [Mise en fonction de notre nouvelle unité de retraitement des dispositifs médicaux](#)
- [Première canadienne de l'implantation de la valve Edwards Sapien ultra Resilia](#)
- [Franc succès pour la 32^e édition des journées scientifiques de la recherche](#)

LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES ET DES COMMUNICATIONS

La maltraitance : nouveau formulaire

La [Loi visant à lutter contre la maltraitance envers les personnes âgées et les personnes vulnérables](#) vient préciser l'obligation de signaler certains cas de maltraitance : « Tout prestataire de services de santé et de services sociaux ou tout professionnel au sens du Code des professions (chapitre C-26) qui, dans l'exercice de ses fonctions ou de sa profession, a un motif raisonnable de croire qu'une personne est victime de maltraitance **doit signaler sans délai ce cas.**

Pour plus d'informations et pour trouver le formulaire, consultez la nouvelle diffusée aujourd'hui sur le *Babillard* de l'intranet.

[La commissaire locale aux plaintes et à la qualité des services](#) ainsi que la conseillère cadre en éthique et partenariat (annie.julien@ssss.gouv.qc.ca) sont des personnes-ressources à qui vous pouvez vous référer et qui pourront vous guider dans les démarches à réaliser.

LA DIRECTION DE LA QUALITÉ, DE L'ÉVALUATION, DE LA PERFORMANCE, DE L'ÉTHIQUE, DE LA TRANSFORMATION ET DE L'INNOVATION

Gala reconnaissance 2023 : Voyager dans l'Institut

Lors de cette édition du Gala reconnaissance, l'Institut est notre planète.

Nous roulerons, volerons et naviguerons dans ses 11 pays, soit les 11 directions, pour y découvrir leurs traditions et ce qui les rend uniques.

Vous souhaitez y assister en présentiel? Remplissez ce [formulaire d'inscription](#).

Si non, soyez des nôtres le **30 novembre** prochain via [Zoom](#).

LE COMITÉ ORGANISATEUR DU GALA RECONNAISSANCE 2023

Déclaration de situations dangereuses :TMS

Saviez-vous que l'Institut a une procédure de déclaration de situations dangereuses? Si vous pensez avoir des symptômes de troubles musculosquelettiques ou vous voyez un risque d'incident ou d'accident, discutez-en avec votre supérieur immédiat. Ensemble, déterminer quelles solutions peuvent être mises en place.

Une correction à court terme, c'est bien, mais n'oubliez pas le long terme! Certaines mesures préventives peuvent être plus longues à mettre en place, mais peuvent prévenir de façon plus efficace des récurrences ou des douleurs chez d'autres intervenants.

Déclarer, c'est prévenir!

Visitez la page *Employé/Prévention, santé et sécurité au travail/Santé musculosquelettique* de l'intranet pour en savoir plus.

LE SOUS-COMITÉ PARITAIRE SST - PRÉVENTION DES TMS

Enregistrement disponible de la visite guidée de la nouvelle URDM



Vous avez manqué les portes ouvertes de la nouvelle unité de retraitement des dispositifs médicaux (URDM)? Pas de problème!

Une des visites guidées a été filmée et vous avez la possibilité de [visionner l'enregistrement dès maintenant!](#)

D'une durée d'environ 40 minutes, cette visite virtuelle vous permettra de découvrir nos nouvelles installations, qui font partie des plus avancées technologiquement.

[Pour plus d'informations sur la nouvelle URDM.](#)

Bonne visite!

L'ÉQUIPE DE L'UNITÉ DE RETRAITEMENT DES DISPOSITIFS MÉDICAUX

Bouger entre collègues!

Saviez-vous que l'Institut détient des accès gratuits à la plateforme en ligne d'Énergie Cardio?

C'est l'occasion parfaite pour réserver une salle et faire un entraînement entre collègues!

Que ce soit du cardio, de la danse, de la musculation ou de la détente, la plateforme vous offre plus de 200 cours en ligne, en différé ou en rediffusion. En plus, certains entraînements durent seulement 30 minutes!

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

HABITUDES
DE VIE



Profitez d'un rabais chez Strøm Spa

Bénéficiez d'un moment de relaxation avec l'Institut et Strøm Spa!

Tous les intervenants ont maintenant accès à des rabais partenaires.

Prenez un moment de bien-être pour vous ou avec quelqu'un que vous aimez.

- Profitez d'un rabais de 25 % du lundi à jeudi, de 9 h à 22 h, sur présentation de votre carte d'employé.
- Profitez d'un rabais de 15 % en vous procurant une carte-cadeau ou en réservant votre expérience thermale avec le code IUCPQ15.

Pour en savoir plus, consultez l'intranet sous l'onglet *Institut/Entreprise en santé/Équilibre travail-vie personnelle*.

ÉQUILIBRE
TRAVAIL
VIE PERSONNELLE



VOTRE COMITÉ SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE

Cours de nutrition - Planifier des repas simple : Du garde-manger à l'assiette

Ce cours s'adresse aux personnes qui souhaitent être mieux outillées pour planifier leurs repas ou pour ceux qui sont à court d'idées de menus simples.

En assistant à ce cours de 2 heures, vous pourrez apprendre 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.

Pour information et inscription au cours du 6 novembre : 418 656-8711, poste 5416

L'équipe du PPMC

Les sept pensées bienveillantes du mois de novembre

Prenez un moment pour une pensée bienveillante quotidienne.

- Lundi : Le lâcher-prise allège la conscience et nourrit la liberté.
- Mardi : En répondant aux besoins de mon cœur, je suis assuré(e) de faire les bonnes choses.
- Mercredi : Je récolte de jour en jour, ce que je sème.
- Jeudi : Tu es tout ce que tu choisis d'être, sans limites.
- Vendredi : Je fais la liste de mes priorités, ce qui m'aide à prendre les bonnes décisions.
- Samedi : J'aime la personne que je suis et celle que je suis en train de devenir.
- Dimanche : À cet instant présent, je profite de tout ce que la vie m'offre.



Les pensées du mois sont tirées de la Boîte bonheur 365 messages – Un jour à la fois.

Pour en apprendre plus sur la bienveillance, [visitez notre page Web](#). Vous pouvez aussi contacter l'équipe de soutien psychosocial et spirituel au poste 8009, option 3.

L'ÉQUIPE DE SOUTIEN PSYCHOSOCIAL ET SPIRITUEL

Vous désirez maximiser votre situation financière?

beneva



L'Institut en partenariat avec Conseils financiers Beneva, mutuelle vouée aux employés des services publics et parapublics du Québec, vous offre divers webinaires sans frais sur plusieurs thématiques.

Que vous commenciez votre parcours financier ou que vous profitiez plutôt de votre retraite, les webinaires de Beneva vous proposeront à coup sûr de l'information claire, utile et concrète pour veiller sur vos finances ou... leur donner un nouvel élan!

[Faites votre choix parmi la vaste sélection de séances](#) et inscrivez-vous au moment qui vous convient le mieux.

Plusieurs dates disponibles! Vous en apprendrez sur la planification de la sécurité financière de la retraite, le RREGOP, le RRPE le CELI, comment protéger votre prêt hypothécaire, comment bâtir l'avenir financier de vos enfants ou petits-enfants, et plus encore!

Visitez le *Babillard* de l'intranet pour tous les détails.

L'ÉQUIPE DE BENEVA

Formation linguistique en anglais avec McGill

Une formation linguistique offerte par l'Université McGill est disponible pour les travailleurs du réseau de la santé et des services sociaux à l'hiver 2024. La formation permettra d'apprendre l'anglais dans le domaine de la santé. Dans ce contexte, l'Institut offre l'opportunité à quelques employés d'accéder gratuitement à cette formation. Veuillez prendre note que cette dernière sera réalisée sur votre temps personnel.

Pour plus d'information ou pour vous inscrire, visitez [Inscription - McGill Anglais Santé](#)

Tous les membres du personnel qui sont intéressés et qui pourraient bénéficier de ce programme dans le cadre de leur travail doivent passer un test de classement permettant de déterminer le niveau d'entrée dans le programme. La période des tests de classement se tiendra du 30 octobre au 1^{er} décembre 2023. Les personnes qui ne sont pas retenues pour participer au programme de l'hiver 2024 seront contactées ultérieurement.

Pour obtenir plus de détails sur la formation, les dates et la façon de s'inscrire, visitez le *Babillard* de l'intranet.

LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES ET DES COMMUNICATIONS

FONDATION

Les Fous de la Rampe, ça commence vendredi!

Ça y est, le grand moment est enfin arrivé! Dès vendredi, Les Fous de la Rampe fouleront les planches du Théâtre de la Cité universitaire pour présenter la pièce « Les sorcières de Salem », d'Arthur Miller, une adaptation et une mise en scène de Simon Lemoine. La pièce est une présentation de Gestion MD|Banque Scotia et VitalAire.

Les Fous de la Rampe

Gestion Financière MD

Banque Scotia Pro Santé+

Achetez votre billet dès maintenant au coût de 25 \$

3, 4, 10 et 11 novembre 2023 à 20 h

Au Théâtre de la Cité universitaire

Les sorcières de Salem

Une pièce d'Arthur Miller, adaptation et mise en scène par Simon Lemoine. Coproduction avec Théâtre Forum.

Parrain d'honneur : Jean-Sébastien Ouellette, directeur artistique du conservatoire d'art dramatique de Québec

Présenté par VitalAire

FONDATION INSTITUT UNIVERSITAIRE DE CARDIOLOGIE ET DE PNEUMOLOGIE DE QUÉBEC COEUR, POUMONS, CRÊTE

Les billets sont toujours en vente en ligne, il sera également possible de s'en procurer sur place les soirs des représentations, soit les **3, 4, 10 et 11 novembre**.

C'est le moment de venir encourager plusieurs de vos collègues!

[Procurez-vous vos billets.](#)

Mois de la sensibilisation au cancer du poumon

Novembre est le Mois de la sensibilisation au cancer du poumon. Pour l'occasion, nous vous invitons à nous suivre sur notre [page Facebook](#), puisque tout au long du mois, nous vous partagerons une foule de contenus qui vous permettront d'en apprendre davantage sur l'expertise de l'Institut et sur les évolutions dans le domaine.

Un immense merci à nos précieux partenaires pour leur appui :

Partenaire Platine : Takeda

Partenaires Diamant : Merck, Pfizer

Partenaires Or : AstraZeneca, Janssen

Partenaire Argent : Bristol Myers Squibb

Partenaires Bronze : Amgen, Roche

LE MOIS DE LA SENSIBILISATION AU CANCER DU POUMON

NOVEMBRE

Donnez un deuxième souffle. Faites un don.

[Retour Table des matières](#)