

# L'EXPRESS DE

# L'INSTITUT

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

Édition du 28 février 2024

<b>ÉVÉNEMENTS</b> .....	<b>2</b>
SYMPOSIUM DE CHIRURGIE ET ONCOLOGIE THORACIQUE 2024 : APPEL DE CANDIDATURES - RAPPEL.....	2
<b>NOMINATIONS ET RECRUTEMENT</b> .....	<b>2</b>
APPEL DE CANDIDATURES DU CPAB : 3 POSTES VACANTS.....	2
RECRUTEMENT D'ÉTUDIANTES ET ÉTUDIANTS POUR LA PÉRIODE ESTIVALE.....	3
RECRUTEMENT : COMITÉ DE TRAVAIL.....	3
<b>BABILLARD</b> .....	<b>4</b>
GRAND DÉFI PIERRE LAVOIE : VENTE DE JUUBES.....	4
PLANIFIER DES REPAS SIMPLES DU GARDE-MANGER À L'ASSIETTE.....	4
NOUVEAU RABAIS POUR DES SERVICES DE MASSOTHÉRAPIE.....	4
DÉCLARATION DE REVENUS 2023 POUR LES DÉPENSES LIÉES AU TÉLÉTRAVAIL.....	5
LE CHANGEMENT D'HEURE AU PRINTEMPS : PASSAGE DE L'HEURE AVANCÉE - RAPPEL.....	5
ACCÈS DE NUIT AU PPMC POUR LE PERSONNEL DE L'INSTITUT À PARTIR DU 4 MARS 2024.....	5
ENREGISTREMENT DU WEBINAIRE COMPOSER AVEC LES PROBLÈMES DE SOMMEIL.....	6
REPLACEMENT DES BACS RCR.....	6
GALA RECONNAISSANCE 2023 : PHOTOS ET VIDÉOS DISPONIBLES.....	6
FÉLICITATIONS AUX PARTICIPANTES ET PARTICIPANTS DU PENTATHLON.....	7
COURS DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET MIEUX-ÊTRE : SESSION PRINTEMPS 2024.....	7
MISE À JOUR DES POSTES INTERAL.....	7
LES SEPT PENSÉES BIENVEILLANTES DU MOIS DE MARS.....	8
<b>FONDATION</b> .....	<b>9</b>
UN MOIS DU CŒUR QUI A DU CŒUR GRÂCE À NOS PARTENAIRES !.....	9
BIENVENUE À LA 15 <sup>E</sup> ÉDITION DU CYCLO-DÉFI IUCPQ!.....	9
UN SUCCÈS POUR LA CLINIQUE DE DÉPISTAGE DES MALADIES VALVULAIRES CARDIAQUES.....	10
L'HISTOIRE DE M <sup>ME</sup> CLAUDINE BOILY.....	10

Présence de l'Institut sur les réseaux sociaux



Page officielle



Groupe officiel



@iucpq.ulaval



@IUCPQ



Fondation IUCPQ

## ÉVÉNEMENTS

### Symposium de chirurgie et oncologie thoracique 2024 : Appel de candidatures - Rappel

Nous vous rappelons que la prochaine édition du Symposium de chirurgie et oncologie thoracique aura lieu le **samedi 19 octobre** de 8 h à 16 h à l'Hôtel Le Bonne Entente.

Lors de cette journée de formation, différents professionnels de la santé ont la chance d'écouter une dizaine de conférencières et conférenciers afin de parfaire leurs connaissances. C'est pourquoi nous recherchons actuellement des conférenciers qui aimeraient présenter un sujet dans le domaine de la chirurgie ou l'oncologie thoracique. Que ce soit une présentation orale ou une présentation sous forme d'affiche, vous serez rémunéré pour partager votre savoir lors de cette belle journée!

Vous avez jusqu'au **15 mars 2024** pour déposer votre candidature. [Pour tous les détails.](#)

Merci de votre implication et au plaisir!

LE COMITÉ ORGANISATEUR

## NOMINATIONS ET RECRUTEMENT

### Appel de candidatures du CPAB : 3 postes vacants

Le comité des préposés et préposées aux bénéficiaires (CPAB) est à la recherche de personnes intéressées à se joindre à lui.

Tu es PAB? Tu es une personne respectueuse, positive, créative et reconnue par tes pairs? Nous avons besoin de toi!

Si tu te joins à l'équipe, ton rôle sera de :

- Soutenir la relève et faciliter son intégration
- Développer l'expertise et le leadership
- Valoriser la profession
- Participer aux échanges concernant la qualité des soins

Si le mandat t'intéresse, pose ta candidature **avant le 13 mars prochain.**

Les bulletins sont disponibles sur le *Babillard* de l'intranet, en format papier aux quatre-chemins et au local Y3495.

LE COMITÉ DES PRÉPOSÉS ET PRÉPOSÉES AUX BÉNÉFICIAIRES

## Recrutement d'étudiantes et étudiants pour la période estivale

Le recrutement d'étudiants pour la période estivale **s'amorcera le 28 février prochain**. Nous avons besoin de personnes pour occuper des affectations pour les titres d'emploi suivants : préposé ou préposée à l'entretien ménager, préposé ou préposée au Service alimentaire et agent administratif ou agente administrative. Nous accorderons une priorité aux candidats étudiants au collégial ou à l'université, dont la disponibilité correspond davantage aux besoins de l'organisation.

Nous comptons sur votre collaboration pour inviter les étudiants que vous souhaitez recommander à poser leur candidature dès le 28 février prochain directement sur notre nouvelle plateforme de recrutement « Accueil - Site Carrière IUCPQ » en inscrivant une mention au début de leur curriculum vitae du type **« je suis recommandé par une personne salariée de l'Institut »**.

*L'ÉQUIPE DE RECRUTEMENT, DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES*

## Recrutement : comité de travail

La sensibilisation aux réalités que vivent les personnes avec des limitations fonctionnelles au quotidien vous tient à cœur? Vous vivez avec une difficulté permanente, et aimeriez participer activement à la reconnaissance des actions réalisées par l'Institut quant à sa responsabilité sociale à cet égard? Nous aimerions collaborer avec vous!

Le comité responsable du plan d'action à l'égard des personnes handicapées est à la recherche de personnes vivant avec une incapacité fonctionnelle et désirant partager leur savoir et leur vécu pour permettre une meilleure connaissance des besoins existants. L'Institut reconnaît l'importance de bénéficier de cet accompagnement ainsi que toute la richesse qui s'y retrouve.

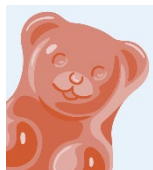
Le comité collabore à la [mise en œuvre et au rayonnement d'initiatives et de solutions concrètes](#) ayant un impact positif dans le quotidien de ces personnes, permettant ainsi un pas de plus vers une société plus inclusive. Le comité se rencontre environ à cinq reprises en cours d'année, d'une durée de 90 minutes chacune.

Pour manifester votre intérêt à rejoindre l'équipe, écrire à [valerie.langlois.iucpq@ssss.gouv.qc.ca](mailto:valerie.langlois.iucpq@ssss.gouv.qc.ca).

*LE COMITÉ RESPONSABLE DU PLAN D'ACTION À L'ÉGARD DES PERSONNES HANDICAPÉES*

## BABILLARD

### Grand défi Pierre Lavoie : vente de jujubes



Notre équipe cycliste qui participe au 1000 km du Grand défi Pierre Lavoie sera au kiosque du carrefour (quatre-chemins) ce **vendredi 1<sup>er</sup> mars de 11 h à 14 h** pour vendre de délicieux jujubes de la compagnie La boîte à bonbons.

Les sacs de jujubes seront au coût de 6 \$ pour 150 g. Plusieurs saveurs seront disponibles, et même des jujubes végétaliens sans gélatine!

Les sous récoltés serviront à soutenir notre belle équipe.

Merci de votre contribution!

*L'ÉQUIPE CYCLISTE DE L'INSTITUT UNIVERSITAIRE DE CARDIOLOGIE ET DE PNEUMOLOGIE DE QUÉBEC – UNIVERSITÉ LAVAL*

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

Ce cours du 4 mars prochain s'adresse aux personnes qui souhaitent être mieux outillées pour planifier leurs repas ou pour ceux et celles qui sont à court d'idées de menus simples.

En assistant à ce cours de deux 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.

Obtenez 50 % de rabais pour la deuxième personne inscrite vivant à la même adresse ou 10 % de rabais pour les personnes membres du Pavillon de prévention des maladies cardiaques (PPMC).

Pour information et inscription, contacter Louise Gagnon au 418 656-8711, poste 5416.

*L'ÉQUIPE DU PPMC*

### Nouveau rabais pour des services de massothérapie

Une nouvelle entente vient d'être conclue avec une massothérapeute afin de permettre au personnel de l'Institut de bénéficier de rabais. Visitez la page Équilibre travail – vie personnelle de la section Entreprise en santé pour en savoir plus sur les rabais offerts : *Institut/Entreprise en santé/Équilibre travail-vie personnelle*, section « Rabais ».

*VOTRE COMITÉ SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE*

[Retour Table des matières](#)

## Déclaration de revenus 2023 pour les dépenses liées au télétravail

Nous souhaitons vous rappeler **la** méthode pour effectuer une demande de déduction pour les dépenses en télétravail relatives à l'emploi.

Le critère d'admissibilité est **d'avoir travaillé plus de 50 % du temps à votre domicile durant une période d'au moins un mois (quatre semaines sans interruption)** en 2023. Le personnel concerné doit avoir conclu une entente de télétravail avec son gestionnaire.

Pour plus d'informations, consulter l'intranet dans la section *Institut/Communiqués internes*.

LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES

## Le changement d'heure au printemps : passage de l'heure avancée - rappel

Ce printemps, le changement d'heure aura lieu dans la **nuit de samedi à dimanche, du 9 au 10 mars**. À 2 heures du matin le 10 mars 2024, on avance l'heure.

Ainsi, à 2 heures, il sera 3 heures, heure avancée de l'Est.

Les personnes salariées travaillant sur le quart de soir, le samedi 9 mars, ne subiront aucun changement.

Les personnes salariées travaillant sur le quart de nuit, le dimanche 10 mars, se présenteront à l'heure habituelle. Comme le changement à l'heure avancée s'effectuera à 2 heures, ceux-ci travailleront donc une heure de moins, et ce, sans perte de salaire.



LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES

## Accès de nuit au PPMC pour le personnel de l'Institut à partir du 4 mars 2024

Dans le but de répondre à la demande, l'accès au gymnase du PPMC sera maintenant possible la nuit pour le personnel, en semaine, à l'extérieur des heures d'ouverture habituelles.

Voici les points importants :

- L'accès au gymnase la nuit nécessite un abonnement au PPMC.
- Le personnel présentement abonné au PPMC n'obtient pas automatiquement l'accès au PPMC la nuit. L'ajout de cette option, sans frais, est requis pour activer la puce pendant les heures supplémentaires.
- L'accès de nuit permet d'accéder, avec une puce, au PPMC pendant les heures de fermeture (accès possible du lundi matin 6 h au samedi 12 h 30).
- Pour obtenir l'accès au PPMC la nuit, le personnel doit préalablement s'adresser à la réception du PPMC afin de connaître les points importants au sujet de la sécurité et des différentes règles à respecter.
- Les vestiaires ne sont pas accessibles de 21 h à 23 h.

L'ÉQUIPE DU PPMC

## Enregistrement du webinaire Composer avec les problèmes de sommeil

L'insomnie s'est invitée dans votre vie? Vous ne comptez plus le nombre de fois où vous vous réveillez la nuit?

Votre programme d'aide aux employés et à la famille, TELUS Santé, vous offre un [webinaire sur le sujet](#). Le mot de passe est : **webinaireIUCPQ** et vous avez jusqu'au 21 février 2025 pour le visionner.

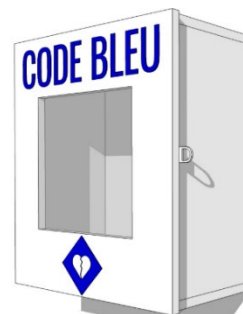
N'hésitez pas à contacter votre programme d'aide aux employés et à la famille (PAEF) au 1 855 612-2998, le programme d'aide aux médecins du Québec (PAMQ) au 1 800 387-4166 ou l'intervenante en soutien psychosocial au poste 8009, option 3.

L'ÉQUIPE DE SOUTIEN PSYCHOSOCIAL ET SPIRITUEL

## Remplacement des bacs RCR

Dans un souci d'uniformisation et pour sécuriser le matériel d'amorce de code bleu, les bacs RCR actuels seront remplacés par des armoires blanches identifiées « Code bleu ». Le déploiement débutera le **4 mars 2024**. Voici les dates prévues pour le remplacement des bacs RCR :

Plan de déploiement – Remplacement des bacs RCR	
<b>4 au 7 mars</b>	Pavillons A,U et Y
<b>11 au 15 mars</b>	Pavillons D,F,L et M
<b>18 au 22 mars</b>	Pavillons B,C, niveaux 00 et P
<b>25 au 29 mars</b>	Pavillon C, niveaux 0 et 1
<b>1<sup>er</sup> au 5 avril</b>	Pavillon C, niveaux 3 à 7



LA DIRECTION DES SERVICES TECHNIQUES

## Gala reconnaissance 2023 : photos et vidéos disponibles



Vous voulez vous replonger dans la soirée du Gala reconnaissance qui a eu lieu le 30 novembre dernier? L'album souvenir complet qui comprend les photos de la soirée, les vidéos témoignages, les vidéos d'animation et l'enregistrement complet du Gala est désormais disponible dans l'intranet dans la section *Employé/Reconnaissance/Gala reconnaissance*.

Merci encore d'avoir voyagé avec nous!

LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES

[Retour Table des matières](#)

## Félicitations aux participantes et participants du Pentathlon

Samedi dernier, 20 intervenantes et intervenants de l'Institut ont participé au défi santé et services sociaux du Pentathlon des neiges. Les quatre équipes ont eu le courage de braver le froid encore une fois cette année, tout en offrant de belles performances. Deux équipes se sont d'ailleurs retrouvées dans le top 5 de leur catégorie.

Félicitations pour vos classements et votre participation!



VOTRE COMITÉ SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE

## Cours de conditionnement physique et mieux-être : session printemps 2024

Conditionnement physique  
et mieux-être

Printemps 2024  
du 1<sup>er</sup> avril  
au 21 juin



Dans le cadre d'Entreprise en santé, le PPMC vous reviendra en avril avec une session de cours qui s'étendra du 1<sup>er</sup> avril au 21 juin 2024. Nous vous invitons à consulter la programmation complète, maintenant disponible dans la section *Clinique/PPMC/Services* de l'intranet.

La période d'inscription pour la session d'hiver débutera le **mardi 12 mars à 6 h**. Chaque inscription doit être faite en ligne en [remplissant le formulaire](#).

Les inscriptions se terminent le jeudi 21 mars 12 h

L'ÉQUIPE DU PPMC

## Mise à jour des postes Interat

Afin de compléter les travaux d'entretien, une mise à jour des postes sur lesquels sont installés les logiciels Interat IUCPQ et Interat-Requêtes de services aura lieu le **mardi 5 mars, de 9 h à 10 h**.

Les impacts seront de courtes interruptions des deux environnements Interat.

Veuillez S.V.P, interrompre l'utilisation des deux logiciels durant l'heure prévue pour la mise à jour, en procédant par une déconnexion de l'environnement concerné.

LA DIRECTION DES SERVICES TECHNIQUES

## Les sept pensées bienveillantes du mois de mars

Prenez soin de vous en ce début du mois de mars avec les sept pensées bienveillantes.

Lundi : Aujourd'hui, je m'autorise à demander de l'aide.

Mardi : L'herbe ne pousse jamais sur la route où tout le monde passe.

Mercredi : Tous les hommes pensent que le bonheur se trouve au sommet de la montagne, alors qu'il réside dans la façon de la gravir.

Jeudi : Respecte ton corps quand il demande une pause.

Vendredi : Toutes les tempêtes ne viennent pas gâcher votre vie, certaines viennent nettoyer votre chemin.

Samedi : J'ose m'affirmer sans me sentir coupable.

Dimanche : Imagine que tu oses et que tout se passe bien.

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*

[Retour Table des matières](#)



## FONDATION

### Un Mois du cœur qui a du cœur grâce à nos partenaires !

La fondation tient à remercier les partenaires du Mois de la santé du cœur, qui permettent de faire rayonner l'expertise du Département multidisciplinaire de cardiologie et de chirurgie cardiaque de l'Institut et de sensibiliser la population à la santé du cœur.

Partenaire Platine : Edwards

Partenaires Bronze : Boehringer Ingelheim,  
Boston Scientific,  
Bristol Myers-Squibb,  
Eli Lilly,  
Pfizer



### Bienvenue à la 15<sup>e</sup> édition du Cyclo-Défi IUCPQ!

Venez pédaler avec nous le dimanche 8 septembre prochain dans le cadre de la 15<sup>e</sup> édition du Cyclo- Défi IUCPQ!

Les coûts d'inscription sont de 150 \$ par personne jusqu'au 14 mai, 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 débute aujourd'hui, le **mercredi 28 février**.

[Inscrivez-vous dès maintenant](#) avec vos amis, votre famille ou vos collègues!

Relevez le défi avec nous!



## Un succès pour la clinique de dépistage des maladies valvulaires cardiaques

En cette fin de février, nous tenons à souligner l'une des belles réussites réalisées pendant le Mois de la santé du cœur, le jeudi 22 février, lors de la journée consacrée au dépistage des maladies valvulaires cardiaques aux Galeries de la Capitale, plus de 200 personnes ont été au rendez-vous pour un dépistage et se sont fait ausculter par nos spécialistes.

Un immense merci aux professionnels dévoués de l'Institut pour l'organisation de cet événement.

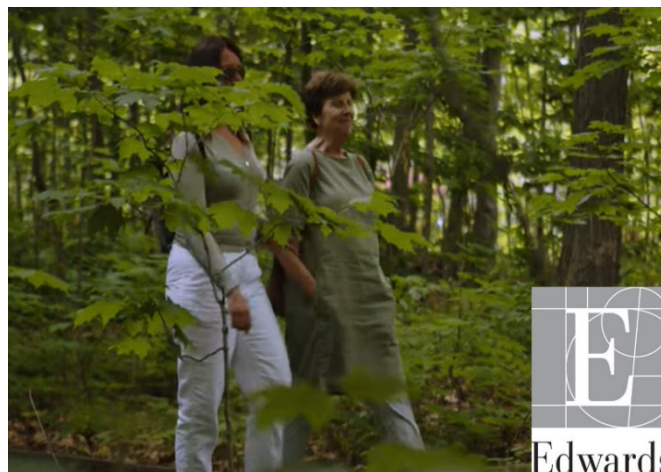
Une initiative à reconduire!



## L'Histoire de M<sup>me</sup> Claudine Boily

Découvrez la vidéo sur les maladies valvulaires cardiaques, produite par la **Plateforme cœur-poumons-métabolisme**, en collaboration avec **Edwards**, pour souligner le Mois de la santé du cœur.

[Voir la vidéo](#)



[Retour Table des matières](#)