

EN MANCHETTES DANS CE NUMÉRO DU 4 JUILLET 2018

- Événements et activités
- Nominations et recrutement
- Info-travaux (pas de communiqué cette semaine)
- Babillard

ÉVÉNEMENTS ET ACTIVITÉS

OUVERTURE OFFICIELLE DE LA ZONE CONSEILS DEMAIN LE 5 JUILLET

DÉCOUVREZ

la toute nouvelle zone conseils
La Capitale à l'IUCPQ

**Un seul lieu innovateur
pour votre sécurité financière**

- ANALYSE FINANCIÈRE
- PRODUITS D'ASSURANCE ET SERVICES FINANCIERS
- PLANIFICATION À LA RETRAITE

ET BIEN D'AUTRES CHÔSES

SITUÉE
au carrefour
quatre chemins



CONCOURS
Vent de fraîcheur

Soyez parmi les
50 premières personnes
à me rencontrer à la
zone conseils La Capitale

et courez la chance de gagner l'un des trois
prix suivants :

BBQ PORTATIF | SORBETIÈRE | ENSEMBLE À COCKTAIL

Prenez rendez-vous en ligne à
lacapitale.com/zone-iucpq



Pierre-Olivier HOUDE
Conseiller en sécurité financière*
Représentant en épargne collective**
418 525-4112
IUCPQ : 418 656-8711, poste 5008
p-o.houde@lacapitale.com

La Capitale
Assurance et
services financiers



* Il est permis d'être conseiller en sécurité financière sans être titulaire d'un certificat de qualification de l'IIQ.
** Représentant en épargne collective et Représentant en épargne collective (Représentant en épargne collective) à la Capitale, membre de l'IIQ.
* Pour en savoir plus sur les services et produits offerts par nos agences de services financiers, contactez La Capitale ou consultez le site internet de nos services financiers.
** Pour en savoir plus sur les services et produits offerts par nos agences de services financiers, contactez La Capitale ou consultez le site internet de nos services financiers.
© 2018 La Capitale. Tous droits réservés. La Capitale est une marque de La Capitale (IIQ) et de La Capitale (IIQ) et de La Capitale (IIQ) et de La Capitale (IIQ).

Pierre-Olivier Houde, conseiller en sécurité financière, sera sur place pour répondre à vos questions de 9 h à 19 h. Soyez l'un des 50 premiers participants à prendre rendez-vous et courez la chance de gagner l'un des trois prix suivants : un bbq portatif, une sorbetière et un ensemble à cocktail, tous de marque Ricardo.



LA TRAVERSÉE DE STEVEN BLANEY



C'est ce samedi, 7 juillet, que se tiendra la 6e édition de la Traversée de Steven Blaney. Pour l'occasion, les participants traverseront à la nage le fleuve Saint-Laurent entre Québec et Lévis au profit de la Fondation de l'Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec.



Le coup de départ sera donné aux environs de 13 h 30, au Bassin Brown, à Québec. Accompagnés de kayakistes, les nageurs et nageuses effectueront une distance d'environ 2 kilomètres avant le fil d'arrivée à l'Anse Tibbits, à Lévis.

Venez les encourager en grand nombre!

Pour de plus amples informations : <http://traverseestevenblaney.com/>.

Votre Fondation



PROCHAIN TIRAGE DE LA LOTO-VOYAGES



Le prochain tirage de la Loto-Voyages aura lieu le jeudi 12 juillet à midi à la cafétéria.

Qui remportera ce voyage de 8 jours et 7 nuits à destination de Vancouver, au Canada, d'une valeur de 2 500 \$?

Bonne chance à tous!

Votre Fondation



NOMINATIONS ET RECRUTEMENT

NOMINATION DE M^{ME} MÉLANIE PAQUETTE À TITRE DE CHEF DE SECTEUR HYGIÈNE ET SALUBRITÉ (JOUR)



C'est avec grand plaisir que nous vous annonçons la nomination de M^{me} Mélanie Paquette au poste de chef de secteur hygiène et salubrité (Jour).

Détentrice d'un diplôme d'études universitaires en administration des affaires profil ressources humaines et un programme universitaire court en santé et sécurité au travail, Mme Paquette travaille à l'Institut depuis janvier 2017 à titre de technicienne en prévention pour le département d'hygiène et salubrité.

Nous sommes persuadés que les compétences et l'expérience de M^{me} Paquette seront des atouts importants pour notre établissement. La direction des services techniques désire la féliciter pour cette nomination tout en lui assurant notre entière collaboration.

Karl Foucault
Chef du Service d'hygiène et salubrité
Direction des services techniques



BABILLARD

AFFICHAGES SPÉCIAUX

Considérant les besoins en main-d'œuvre pour le titre d'emploi de préposé(e) aux bénéficiaires et afin d'offrir des postes intéressants aux employés en place, veuillez prendre note qu'un affichage supplémentaire a été ajouté pour une période de cinq semaines. L'affichage débutera le 12 juillet et se terminera le 17 août. Veuillez aussi prendre note que deux postes de technicien(ne) en génie biomédical seront aussi affichés du 4 au 18 juillet prochain.

Nous invitons tous les gens intéressés à poser leur candidature via les guichets Virtuo. Pour toute question, veuillez communiquer avec l'équipe de dotation au poste 4730.





ACTIVITÉ DU CENTENAIRE : RECHERCHE DE BÉNÉVOLES

Nous sommes à la recherche de bénévoles pour vendre des billets pour le tirage Ford. Les personnes recherchées doivent être disponibles une ou deux heures le samedi 7 juillet au centre commercial Laurier Québec. Veuillez contacter Josianne Bonneville au poste 5368 pour donner votre disponibilité. Nous avons besoin de vous !

Le comité organisateur des fêtes du centenaire



BÉNÉVOLES RECHERCHÉS POUR LES OLYMPIADES DU CENTENAIRE DE L'INSTITUT

Envie de vous amuser et d'encourager vos collègues de travail? Venez vivre avec nous une expérience enrichissante et pleine de sens le dimanche 23 septembre 2018, entre 7 h 30 et 16 h!

Nous avons besoin d'une vingtaine de bénévoles pour :

- accueillir et guider les gens
- animer les épreuves
- compiler les points, servir le repas, les collations et les breuvages
- assurer la sécurité des lieux
- prendre des photos

Nous sommes également à la recherche d'un animateur bénévole (DJ) pour cet événement.

Votre soutien est donc essentiel pour encourager les équipes participantes et assurer le bon déroulement des différentes épreuves durant toute la journée des Olympiades.

Pour vous remercier, vous aurez droit à un dîner, des rafraîchissements non alcoolisés et des collations. Vous êtes intéressé? Envoyez-nous un courriel en précisant votre nom, le moyen

de vous contacter et le poste que vous aimeriez occuper à l'adresse suivante :
iucpq.csme@ssss.gouv.qc.ca
Pour toute question, n'hésitez pas à nous écrire!

Votre comité organisateur des Olympiades



RENOUVELLEMENT DE L'ENTENTE AVEC NAUTILUS PLUS

SAVIEZ-VOUS QU'AVEC VOTRE ABONNEMENT CORPORATIF VOUS PROFITEZ DES AVANTAGES SUIVANTS ?

DID YOU KNOW THAT YOUR CORPORATE MEMBERSHIP OFFERS ALL THESE ADVANTAGES?

-  Une séance avec un entraîneur ou une nutritionniste
A session with a personal trainer or a nutritionist
-  6 tests Bodé-express
6 express Bodé tests
-  Accès au réseau des succursales Nautilus Plus
Access to our network of 40 clubs
-  20\$ de rabais sur le sac d'entraînement Nautilus Plus
\$20 off on the Nautilus Plus sports bag
-  Application mobile Nautilus Plus
Nautilus Plus mobile app

VALEUR DE PLUS DE 225\$
VALUED AT MORE THAN \$225

Contactez-nous dès maintenant pour réserver votre premier rendez-vous au 1-800-ENFORME.
Dial 1 800 ENFORME (1 800 363 6763) to schedule your first appointment.

Nautilus Plus | LES SOCIÉTÉS LES MEILLEUX GÉRÉES

Privilèges corporatifs chez Nautilus Plus

ABONNEMENT BOOMERANG
ENTREPRISES

RECEVEZ 1,20\$* À CHAQUE VISITE

Pour tous les employés de l'Institut universitaire de cardiologie et de pneumonie de Québec

Profitez d'un abonnement Boomerang annuel réseau à **22,11\$+tax** aux 2 semaines

Une économie de 75.00\$ en plus d'une ristourne de 1,20\$ à chaque visite !

Pour vous inscrire :
Cliquez ici pour votre certificat d'inscription
et présentez-vous dans l'une de nos succursales



PRÉPARER VOTRE AUTOMNE ACTIF...

La méthode **Essentrics** sera offerte à l'horaire d'automne des cours de conditionnement physique dans le cadre d'entreprise en santé.

Essentrics est un programme complet qui combine simultanément les exercices de renforcement musculaire et d'étirement afin de travailler tous les muscles du corps. Il permet de développer des muscles longs et fermes, d'améliorer la posture, de réduire les douleurs chroniques, d'amincir les hanches, la taille et d'aplatir le ventre. La méthode Essentrics est inspirée du Tai Chi, du ballet et de la physiothérapie. Le programme permet de rééquilibrer la musculature (muscles et articulations) de tout le corps et de réduire de façon significative les douleurs chroniques. La méthode Essentrics se fait sans impact ni compression sur les articulations. Elle a pour effet de dégager les articulations et ainsi réduire la compression articulaire.

A la fin d'un entraînement on se sent détendu et léger même si l'entraînement a été exigeant.

Pour ceux et celles qui désirent en connaître davantage, je vous invite à consulter le site internet d'Essentrics à l'adresse suivante :

<http://www.essentrics.com/indexfr.html>

Au plaisir de se voir le mercredi de 16h à 17h15.

Nathalie Migneault, professeure certifiée de la méthode Essentrics
L'équipe du PPMC





PRÉSENCE DE L'INSTITUT SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

Page Facebook officielle de l'Institut :

<https://www.facebook.com/IUCPQ.UL>

Groupe Facebook officiel de l'Institut :

<https://www.facebook.com/groups/12145475431/>

Chaîne YouTube de l'Institut :

<https://www.youtube.com/IUCPQ>

Twitter de l'Institut @IUCPQ

<https://twitter.com/IUCPQ>

Page LinkedIn de l'Institut :

<https://www.linkedin.com/company/iucpq>

Page Facebook de la Fondation IUCPQ :

<https://www.facebook.com/FondationIUCPQ/>



INSTITUT UNIVERSITAIRE
DE CARDIOLOGIE
ET DE PNEUMOLOGIE
DE QUÉBEC

AFFILIÉ À  UNIVERSITÉ
LAVAL

Communications et relations publiques,
En collaboration avec l'ensemble des directions de l'Institut et la Fondation



Suivez-nous sur Twitter @IUCPQ