

L'EXPRESS DE

L'INSTITUT

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

Édition du 10 août 2022

BABILLARD	2
TU ES UNE PERSONNE BIENVEILLANTE? DEVIENS BIENVEILLEUSE OU BIENVEILLEUR!	2
FONDATION	3
HÔTELLERIE : BÉNÉVOLE DE NUIT RECHERCHÉ	3
PÉDALONS AVEC LOUIS CONTRE L'OBÉSITÉ	3
DÉFI 20COEUR - TIRAGE	3

Présence de l'Institut sur les réseaux sociaux



Page officielle



Groupe officiel



@IUCPQ



Fondation IUCPQ

BABILLARD

Tu es une personne bienveillante? Deviens bienveulleuse ou bienveilleur!



Au cours des derniers mois, nous avons amorcé la création de notre réseau de soutien par les pairs. Les bienveilleurs et bienveulleuses sont outillés pour repérer, écouter et orienter vers des ressources appropriées nos collègues présentant des signes de stress ou de détresse psychologique (ex. : programme d'aide aux employés, équipe de soutien psychosocial, intranet). En constituant une communauté de soutien par les pairs, nous multiplions nos efforts afin de prévenir la détresse psychologique et de promouvoir la bienveillance pour soi ainsi qu'envers les autres.

Une trentaine de personnes sont formées jusqu'ici. Le recrutement de bienveilleurs et bienveulleuses se poursuit au sein de toutes les directions de l'Institut et du Centre de recherche. Une formation de deux heures, des outils et la participation volontaire à des rencontres d'échanges sont offerts.

Devenir bienveilleur ou bienveulleuse, c'est partager de mêmes repères de bienveillance et de soutien mutuel.

Posez votre candidature avec le [formulaire](#) ou par courriel à l'adresse suivante : aube.girard.iucpq@ssss.gouv.qc.ca.

Consultez le site web pour [en savoir plus sur les bienveilleurs et bienveulleuses](#).

L'ÉQUIPE DE SOUTIEN PSYCHOSOCIAL ET SPIRITUEL, POSTE 8009, OPTION 3
DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES ET DES COMMUNICATIONS

FONDATION

Hôtellerie : bénévole de nuit recherché

Occupation immédiate : chambre personnelle au 5^e étage du Pavillon Marguerite-d'Youville.

L'Hôtellerie Pavillon Marguerite-d'Youville est à la recherche d'un bénévole de nuit (22h à 8h, horaire en alternance avec un autre bénévole de nuit).

Connaissez-vous quelqu'un dans votre entourage, un membre de votre famille ou une connaissance qui pourrait manifester de l'intérêt pour cette offre particulière de bénévolat offrant une compensation intéressante à différents niveaux (logement, internet, repas, stationnement) en répondant à nos critères d'admissibilités (18 ans et plus et doublement vacciné Covid)?

[Consultez cet avis de recherche](#) et faites-moi connaître par courriel ses coordonnées et votre lien particulier par rapport à la personne proposée : nathalie.belanger@fondation-iucpq.org.

Pédalons avec Louis contre l'obésité

C'est samedi que Louis Fréchette relèvera le défi *Pédalons avec Louis contre l'obésité* au profit de la Fondation. Pour cette 5^e édition, les participants pouvaient choisir entre un parcours de 55 km ou de 105 km.

Après avoir subi une chirurgie bariatrique à l'Institut en 2011, Louis Fréchette a choisi de s'impliquer afin de sensibiliser la population à l'obésité et de démontrer qu'il n'est jamais trop tard pour changer les choses.

Il est encore temps de [soutenir Louis dans la réalisation de son défi](#).



DÉFI 20COEUR - tirage

Il est encore possible de vous inscrire au DÉFI 20COEUR au profit de la Fondation! Vous n'êtes pas en mesure de participer au défi? Pourquoi ne pas soutenir Jonathan Garneau en faisant un don 20\$?

Chaque don de 20\$ (et chaque tranche supplémentaire de 20\$) équivaut à une participation au tirage de magnifiques prix offerts par les partenaires de l'événement.

[Obtenir plus d'information sur le DÉFI 20COEUR](#)

