

L'EXPRESS DE

L'INSTITUT

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

Édition du 23 novembre 2022

ÉVÉNEMENTS	2
CAMPAGNE DE CONFIDENTIALITÉ.....	2
LES JOURNÉES SCIENTIFIQUES DE LA RECHERCHE UNIVERSITAIRE SONT COMPLÈTES!.....	2
SEMAINE NATIONALE DE LA KINÉSIOLOGIE	3
BABILLARD	4
AVIS DE TRAVAUX MAJEURS AU DÉPARTEMENT DE PHARMACIE (EN TROIS PHASES) - RAPPEL	4
COURS DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET MIEUX-ÊTRE : LES INSCRIPTIONS DÉBUTENT BIENTÔT!.....	4
ENSEMBLE, ÉVALUONS NOTRE DÉMARCHE ENTREPRISE EN SANTÉ – ÉLITE!	5
DIMINUTION DES SERVICES OFFERTS PAR L'ÉQUIPE DE GESTION MÉDICO-ADMINISTRATIVE (GMA).....	6
SE CONSIDÉRER AVEC BIENVEILLANCE : LE SAVEZ-VOUS? LE FAITES-VOUS?	6
LA PRÉVENTION DES CHUTES, C'EST L'AFFAIRE DE TOUS!	7
RÉMUNÉRATION PENDANT LA PÉRIODE DES FÊTES.....	7
DÉLAIS DE VALIDATION ET D'AUTORISATION DES FEUILLES DE TEMPS DURANT LA PÉRIODE DES FÊTES	7
CAMPAGNE CENTRAIDE 2022 : DERNIÈRE SEMAINE	8
AVIS DE MAINTENANCE INFORMATIQUE : ARRÊT DE SERVICE RÉSEAUTIQUE	8
AVIS DE MAINTENANCE INFORMATIQUE : MISE À JOUR DU SYSTÈME DE TÉLÉCOPIE XMEDIUS	8
LA DIÈTE MÉDITERRANÉENNE, À ADOPTER!.....	8
PRENDRE LES ESCALIERS À L'INSTITUT PEUT ENTRAÎNER UN RISQUE D'AVOIR... DE MEILLEURES HABITUDES DE VIE!.....	9
GAGNEZ 100\$ CHEZ STRØM SPA!.....	9
LE COCON DE MICROSIESTE : CONNAÎTRE LE PROJET	9
FONDATION	10
LOTO-VOYAGES : PLUS QUE QUELQUES BILLETS DISPONIBLES	10
UN NOËL SIGNÉ BÔSAPIN.....	10
CHEVALIERS DE COLOMB	10

Présence de l'Institut sur les réseaux sociaux



Page officielle



Groupe officiel



@IUCPQ



Fondation IUCPQ

ÉVÉNEMENTS

Campagne de confidentialité

La protection des données personnelles, une priorité pour tous!

Du **20 au 26 novembre** se tient la campagne de confidentialité. Nous tenons donc à vous rappeler certains principes de base afin de mieux protéger et respecter la vie privée de nos usagers.

Tout d'abord, sachant que les murs ont des oreilles, évitons les discussions de cas à la cafétéria, dans les couloirs, les ascenseurs et autres endroits publics. Même si aucun nom n'est mentionné, l'usager demeure susceptible d'être identifié. Qu'on soit en télétravail ou sur place, soyons discrets!

Ensuite, n'imprimons les documents du dossier patient électronique (DPE) qu'en cas de nécessité à l'Institut et JAMAIS en télétravail afin de prévenir la perte de ceux-ci et d'éviter l'accessibilité aux données confidentielles par des personnes non autorisées.

Souvenons-nous qu'il est strictement interdit de consulter notre propre dossier, mais aussi celui d'un parent, d'un ami, d'un collègue, d'une connaissance ou d'une personnalité publique dans un cadre autre que celui de notre travail. Chaque accès aux informations contenues dans le DPE peut être vérifié, donc toute personne qui manquerait à cette règle peut être identifiée et s'expose ainsi à des sanctions disciplinaires et administratives.

Consulter l'ensemble de nos rappels sur le *Babillard* de l'intranet.

L'usager nous fait confiance, ne le décevons pas!

L'ÉQUIPE DES ARCHIVISTES MÉDICALES, EN COLLABORATION AVEC LA DIRECTION DES RESSOURCES INFORMATIONNELLES

Les journées scientifiques de la recherche universitaire sont complètes!

Nous avons le plaisir d'annoncer que la 31^e édition des Journées scientifiques de la recherche universitaire est complète, avec 250 inscriptions par jour.

Lors du 1^{er} et 2 décembre prochains, il y aura 30 présentations orales ainsi que 97 présentations par affiche.

Nous remercions nos collaborateurs et collaboratrices ainsi que tous les participants et participantes, qui font de ces journées un franc succès.

LA DIRECTION DE LA RECHERCHE UNIVERSITAIRE

Semaine nationale de la kinésiologie

À l'occasion de la Semaine nationale de la kinésiologie, qui se déroule du **21 au 27 novembre 2022**, nous désirons souligner le travail exceptionnel des kinésiologues du PPMC : Alexia, Amédée, Andréa, Audrey, Camille, Claudia, Chloé, Émilie B., Émilie T., Jean-Philippe, Jimmy, Jérémy, Judith, Marie-Pierre, Mickael, Noémie, Patrick, Sébastien et Thierry.

Merci pour votre travail exceptionnel!

Vous faites une différence significative dans la vie des nombreuses personnes que vous accompagnez quotidiennement. Les usagers du PPMC sont chanceux de pouvoir bénéficier de votre savoir-être et de votre savoir-faire.

L'ÉQUIPE DU PPMC

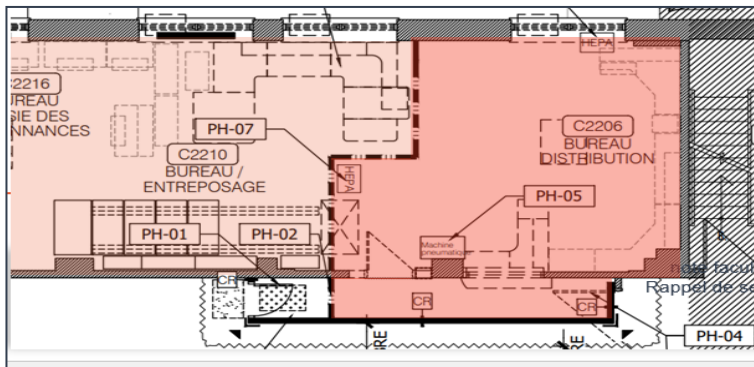
DIRECTION DES SERVICES MULTIDISCIPLINAIRES

BABILLARD

Avis de travaux majeurs au département de pharmacie (en trois phases) - Rappel

Le Département de pharmacie entrera dans une phase de travaux majeurs qui s'échelonnera sur près de six mois. Ces travaux permettront de gagner en efficacité et de moderniser les équipements et installations. Des impacts majeurs sont à prévoir au niveau du fonctionnement du Département de pharmacie. À noter que les dates mentionnées sont à titre de référence.

Phase 1 (24 novembre au 23 décembre 2022)



La pharmacie ne sera pas accessible par la porte principale (C2210) et le « guichet » sera condamné de façon permanente. Le seul accès se fera par le C2220 (corridor vers le pavillon D). Une sonnette temporaire sera installée à proximité de la porte. Le système de transport pneumatique sera également inaccessible pendant cette phase. Tous les envois destinés à l'urgence seront faits par le monte-charge.

*en rouge : non accessible; en orange : accessible

Tout a été planifié dans le souci de maintenir les activités et le meilleur service possible pendant la durée des travaux. Pour toute problématique, veuillez vous adresser aux gestionnaires. Pour plus de détails, visiter le *Babillard* sur l'intranet.

LA DIRECTION DES SERVICES PROFESSIONNELS

Cours de conditionnement physique et mieux-être : les inscriptions débutent bientôt!

Dans le cadre d'Entreprise en santé, le PPMC vous offre des cours d'activités physiques et vous invite à consulter la programmation complète, maintenant disponible dans l'intranet, dans la section : *Clinique / PPMC / Services*.

La période d'inscription débutera le **lundi 28 novembre 2022 à 6 heures**. Chaque inscription doit être faite en ligne en remplissant le [formulaire](#) qui sera en fonction lundi prochain. Les inscriptions se termineront le vendredi 16 décembre 2022 à 12 heures.

Faites vite, c'est premier arrivé, premier servi!

L'ÉQUIPE DU PPMC

HABITUDES
DE VIE



[Retour Table des matières](#)

Ensemble, évaluons notre démarche Entreprise en santé - Élite!

Après plus de deux ans et demi de pandémie, il est temps de s'exprimer sur votre santé et votre mieux-être. Toutes les personnes œuvrant au sein de l'Institut, y compris les chercheurs et leurs équipes, sont ainsi invitées à remplir le sondage sur notre démarche Entreprise en santé - Élite.

Jusqu'au 9 décembre prochain, vous avez l'opportunité d'évaluer votre environnement de travail, l'organisation du travail et la pratique de gestion, l'équilibre travail et vie personnelle ainsi que vos habitudes de vie.

Votre participation est essentielle pour l'Institut et le comité santé et mieux-être afin de bonifier le plan d'action sur la santé du personnel à partir des priorités et besoins que vous aurez identifiés.

Le sondage est d'une durée de 30 à 40 minutes.

Pour participer, vous devez entrer un code d'accès qui est votre numéro d'employé ou d'identification à six chiffres. Prenez note que si votre numéro a cinq chiffres ou moins, vous devez ajouter les zéros qui coïncident avant celui-ci pour arriver à six chiffres, donc OXXXXX, OOXXXX, etc.

[Participez en grand nombre!](#)

VOTRE COMITÉ SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE



Avec le temps des fêtes vient les « partys » de bureau, que faire?

Avec la pandémie, les « partys » de Noël en équipe et en présentiel ont été réduits, voire absents. Comme l'Institut est encore sous l'égide de certaines restrictions afin de protéger nos usagers, qu'est-ce qui est permis pour les intervenants et intervenantes de l'Institut?

La première bonne nouvelle est qu'aucune restriction n'est amenée à l'extérieur des murs de l'Institut. Ce sont les mêmes consignes que celles suivies pour la population générale.

La deuxième bonne nouvelle est que certaines pratiques sont à nouveau acceptées. Le partage des aliments emballés individuellement est permis au sein des équipes. Vous pouvez également partager un repas de Noël avec vos collègues en vous assurant :

- 1) de vous désinfecter les mains lors de l'entrée et la sortie de la salle de repas ainsi qu'avant la manipulation d'objets communs (ex. : cafetière);
- 2) d'avoir des ustensiles de service si vous partagez un repas afin que personne ne touche directement à la nourriture servie;
- 3) de respecter le deux mètres de distanciation entre chaque personne lors du repas.

Nous vous souhaitons de prendre le temps de bien festoyer cette dernière année!

LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES ET DES COMMUNICATIONS

Diminution des services offerts par l'équipe de gestion médico-administrative (GMA)

Prénommée le Service santé par l'ensemble des intervenants et intervenantes de l'Institut, l'équipe GMA implantera un nouveau logiciel, soit le SIURH-SST à partir du 28 novembre 2022. Ce nouveau logiciel nous permettra d'assurer un meilleur suivi et surtout, d'informatiser l'ensemble des dossiers des intervenants de l'Institut.

Ce changement d'envergure nécessitera de dégager les membres de l'équipe afin d'être formés et de permettre l'intégration du logiciel dans nos pratiques courantes. Conséquemment, le service offert par l'ensemble des membres de l'équipe sera réduit du 28 novembre jusqu'au temps des fêtes. Nous assurerons les retours d'appel et les suivis demandés dans un délai de 48 heures. Nous traiterons en priorité les dossiers jugés urgents et ayant un impact sur le fonctionnement de l'Institut. Nous demandons ainsi au personnel de suivre les procédures établies en fournissant tout nouveau document par courriel à l'adresse suivante : iucpq.servicesante@ssss.gouv.qc.ca.

Nous vous remercions pour votre compréhension et votre collaboration.

LE SERVICE DE LA PRÉVENTION EN SANTÉ, SÉCURITÉ ET MIEUX-ÊTRE AU TRAVAIL

Se considérer avec bienveillance : le savez-vous? Le faites-vous?

Depuis les derniers mois, nous vous parlons de bienveillance et de l'importance d'être d'abord bienveillant envers soi pour mieux prendre soin des autres. Des outils et des ressources sont [à votre disposition en ligne](#) et un réseau de soutien par les pairs (bienveilleurs et bienveilleuses) est en recrutement continu au sein de l'Institut.

Aujourd'hui, nous laissons la parole à des intervenants psychosociaux du CHU de Québec qui expliquent que par l'écoute de soi, on peut améliorer notre capacité à identifier nos signes de fragilité et nos besoins. Les auteures nous invitent à pratiquer l'autocompassion qui requiert trois attitudes : porter son attention sur le moment présent et à son ressenti, se considérer avec bienveillance et reconnaître son humanité commune. En expliquant leur rôle d'intervenant ou d'intervenante, on découvre que face aux situations de crise ou de stress, nos moyens de protection personnels nous aideront à faire face aux difficultés de la vie. Ce qui peut vouloir dire aussi faire appel à des ressources d'aide spécialisées parfois. Par cette suggestion de lecture, nous vous invitons à une réflexion bienveillante. Merci à Alain, intervenant spirituel à l'Institut de nous avoir fait connaître la revue :



[Mieux s'écouter pour mieux écouter l'autre \(chudequebec.ca\)](http://chudequebec.ca).

Vous avez des difficultés à obtenir des ressources, contactez-nous au poste 8009, option 3 ou par courriel : soutienpsychosocial.iucpq@ssss.gouv.qc.ca

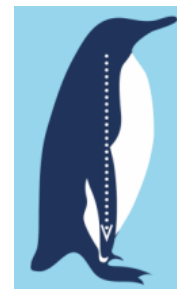
L'ÉQUIPE DE SOUTIEN PSYCHOSOCIAL ET SPIRITUEL

[Retour Table des matières](#)

La prévention des chutes, c'est l'affaire de tous!

La neige et la glace se sont déjà installées parmi nous. Le temps froid peut être synonyme de blessure, si nous ne sommes pas prêts et prêtes à affronter l'hiver. Saviez-vous que les chutes sur la glace peuvent être réduites avec différents moyens de prévention? Travaillons ensemble pour prévenir des événements indésirables :

- Utilisons des crampons dès que c'est possible, même dans le stationnement.
- Optons pour des semelles antidérapantes pour obtenir une bonne adhérence au sol.
- Marchons comme un pingouin : avancer par petits pas peut faire la différence entre rester debout et tomber.
- Utilisons les voies de circulation régulières, comme les entrées et sorties principales, pour favoriser des déplacements sécuritaires.
- Répartissons la charge et évitons de tenir tous nos sacs dans la même main : lorsque nous devons transporter des charges, une bonne répartition s'impose (le port d'un sac à dos est recommandé).
- Soyons vigilants! Si un trottoir ou un stationnement ressemble à une patinoire ou s'il est mal déneigé, informez l'agent de sécurité ou téléphonez au poste 5632.



Pour en savoir plus, consultez la section : *Employé / Prévention, santé et sécurité au travail / Chute et glissade* de l'intranet.

LE SERVICE DE PRÉVENTION EN SANTÉ, SÉCURITÉ ET MIEUX-ÊTRE AU TRAVAIL

Rémunération pendant la période des fêtes

Le temps des fêtes est à nos portes. Ainsi, nous vous invitons à prendre connaissance du tableau explicatif concernant les modalités applicables pour les taux de rémunération des heures supplémentaires pouvant être effectuées durant la période des fêtes. Le document est disponible dès maintenant sur le *Babillard* de l'intranet.

Nous demeurons disponibles afin de vous soutenir dans cette démarche.

LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES ET DES COMMUNICATIONS

Délais de validation et d'autorisation des feuilles de temps durant la période des fêtes

Durant la période des fêtes, des changements sont apportés concernant les délais de validation et d'autorisation de la feuille de temps. Veuillez consulter le communiqué à ce sujet dans la section : *Communiqués internes* de l'intranet, accessible par la page d'accueil.

LE SERVICE DE LA PAIE RÉGIONALISÉE

Campagne Centraide 2022 : dernière semaine



Centraide
Québec et
Chaudière-Appalaches

La campagne Centraide de l'Institut se termine cette semaine!

Vous pouvez faire la différence et avoir un réel impact dans votre communauté. Si vous n'avez pas encore donné, vous avez **jusqu'à 17 h ce vendredi** pour le faire.

Il est important de noter que **les dons par déductions à la source ne sont pas reconduits automatiquement, n'oubliez pas de refaire votre don.**

[Donnez ici](#) ou à l'aide du code QR ci-contre :



ÉRIC PARADIS ET GUY COUTURE, DIRECTEURS DE CAMPAGNE

Avis de maintenance informatique : arrêt de service réseautique

Afin de compléter le rehaussement de l'infrastructure réseau, la Direction des ressources informationnelles doit procéder à deux arrêts d'un maximum d'une minute de service réseau, **le mercredi 30 novembre, entre 5 h et 7 h du matin**. Les actifs impactés seront le Service de téléphonie IP et certaines applications (ex. : Agfa IMPAX, lecteurs réseau G et H, etc.).

Avis de maintenance informatique : mise à jour du système de télécopie XMEDIUS

L'arrêt vise une mise à jour du système de télécopie XMEDIUS le **mercredi 30 novembre, de 19 h à 21 h** (durée : deux heures). Il y aura des interruptions du système de télécopie (logiciels et appareils multifonctions HP) pendant la mise à jour.

LA DIRECTION DES RESSOURCES INFORMATIONNELLES

La diète méditerranéenne, à adopter!

Apprenez les principes de la diète méditerranéenne!

Cuisinez avec de l'huile d'olive, des légumes et des produits céréaliers quotidiennement. Cette diète vous permet de découvrir une nouvelle façon de vous faire à manger! Dans une formule de deux cours, venez en apprendre plus le **28 novembre** et le **5 décembre** prochains.

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

L'ÉQUIPE DU PPMC

[Retour Table des matières](#)

Prendre les escaliers à l'Institut peut entraîner un risque d'avoir... de meilleures habitudes de vie!

Nous vous rappelons qu'un simple changement peut contribuer à l'acquisition d'un meilleur rythme de vie. Pourquoi ne pas commencer par prendre l'escalier au travail? En plus, vous améliorez le contrôle de votre glycémie et de votre tension artérielle.

L'essayer, c'est l'adopter!

Prendre les escaliers à l'Institut permet aussi de laisser les ascenseurs aux transports urgents ou aux gens ayant des difficultés à se déplacer. Entraidons-nous!

LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES ET DES COMMUNICATIONS

Gagnez 100\$ chez Strøm spa!

Strøm spa a préparé un concours spécial, seulement pour nos intervenants et intervenantes.

Courez la chance de gagner une carte-cadeau de 100 \$ et ainsi profiter d'un moment de détente avant la folie du temps des fêtes. [Je participe!](#)

Vous avez jusqu'au **2 décembre** pour participer au concours.

Bonne chance!

VOTRE COMITÉ SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE

Le cocon de microsieste : connaître le projet

Le projet du cocon de microsieste est une initiative du comité santé et mieux-être pour permettre aux intervenants et intervenantes de se ressourcer différemment lors de leurs pauses. C'est un projet pilote à l'essai pour une durée d'un an afin d'évaluer l'intérêt des intervenants à ce type de pause.

Cette évaluation nous permettra de décider s'il est intéressant d'en déployer davantage dans l'Institut. L'essayer, c'est l'adopter!

Nous vous invitons à prendre votre rendez-vous pour vivre l'expérience unique d'une pause au cocon. Par la suite, [faites part de vos commentaires constructifs au comité.](#)

Pour connaître son fonctionnement, consultez l'intranet à la page *Institut / Entreprise en santé / Environnement de travail.*

Merci de votre participation!

VOTRE COMITÉ SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE

ENVIRONNEMENT
DE TRAVAIL



FONDATION

Loto-Voyages : plus que quelques billets disponibles

Vous n'avez pas encore votre billet pour la Loto-Voyages? Quelques billets sont encore disponibles! En vous procurant un billet, vous contribuez à soutenir la Fondation, en plus d'obtenir une chance sur 52 de remporter l'un des 19 prix d'une valeur totale de 41 000 \$ dont:

- 1 gros lot de 5 000 \$ en argent
- 1 crédit-voyage d'une valeur de 5 000 \$
- 7 crédits-voyages d'une valeur de 3 000 \$
- 10 lots en argent de 1 000 \$

À noter que tous les employés ont la possibilité de payer en un seul versement ou par déduction sur le salaire (D.A.S), de la somme de 2,50 \$ par semaine (5 \$ par paie), prélevée du 18 décembre 2022 au 2 décembre 2023.

Alors, quelle sera votre destination de choix?

[Acheter un billet.](#)

Un Noël signé BÔSAPIN

Le temps des fêtes arrive à grands pas! Si vous avez envie d'opter pour un sapin naturel, pensez à commander votre arbre avec BÔSAPIN. En plus de permettre à la Fondation d'obtenir une ristourne de 20 % sur tous les arbres et accessoires vendus, vous aurez la chance qu'un soldat de bois, vêtu de son costume traditionnel, vienne livrer votre commande à la date de votre choix. N'oubliez pas d'utiliser le lien ci-dessous pour effectuer votre commande.

Une façon originale de soutenir la Fondation!

[Commander mon sapin de Noël.](#)

Chevaliers de Colomb

Les Chevaliers de Colomb seront présents dans l'entrée principale de l'Institut le 30 novembre 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.

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](#)