

# L'EXPRESS DE

# L'INSTITUT

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

Édition du 26 avril 2023

<b>ÉVÉNEMENTS</b> .....	<b>2</b>
AS-TU INSCRIT TON ÉQUIPE AU TOURNOI DE GOLF?.....	2
ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DU CONSEIL DES INFIRMIÈRES ET INFIRMIERS (CII) .....	2
GRAND DÉFI PIERRE LAVOIE 2023 : JOURNÉE SPAGHETTI!.....	2
LA FATIGUE DE COMPASSION, LA RECONNAÎTRE POUR MIEUX LA PRÉVENIR : REPORT DE L'ATELIER.....	3
SEMAINE DE LA SANTÉ MENTALE : « MON HISTOIRE ».....	3
<b>NOMINATIONS ET RECRUTEMENT</b> .....	<b>4</b>
RECRUTEMENT D'ÉTUDIANTS ET D'ÉTUDIANTES POUR LA PÉRIODE ESTIVALE .....	4
<b>BABILLARD</b> .....	<b>5</b>
AVIS DE MAINTENANCE INFORMATIQUE : ARRÊT PLANIFIÉ DU SERVEUR CRISTAL-NET – DPE ET GDF .....	5
AVIS DE MAINTENANCE INFORMATIQUE : COUPURES DES SERVEURS DE FICHIERS AZOTE2, AZOTE3 ET AMERICIUM (LECTEURS RÉSEAUX G: H: V):.....	5
LES CYBERATTAQUES EN MILIEU HOSPITALIER : UNE MENACE BIEN RÉELLE .....	5
CHANGEMENT CONCERNANT LES ENVIRONNEMENTS DE TÉLÉTRAVAIL.....	5
NOUVEAUTÉ POUR LA PRISE DE RENDEZ-VOUS DE VOTRE TEST DE DÉPISTAGE COVID-19.....	6
JE SUIS TÉMOIN DE VIOLENCE CONJUGALE : QUE PUIS-JE FAIRE? - RAPPEL.....	6
TRUCS ET CONSEILS POUR LE TÉLÉTRAVAIL.....	6
AVIS DE TRAVAUX À LA PHARMACIE –PHASE III ET DERNIÈRE PHASE - RAPPEL.....	7
MODIFICATIONS DE RECETTES 101.....	7
VOUS DÉSIREZ MAXIMISER VOTRE SITUATION FINANCIÈRE?.....	7
<b>FONDATION</b> .....	<b>8</b>
SEMAINE NATIONALE DU DON D'ORGANES ET DE TISSUS : L'HISTOIRE D'URGEL BLAIS.....	8
CYCLO-DÉFI IUCPQ : FIN DE LA PRÉVENTE.....	8
DU NOUVEAU DANS L'ÉQUIPE DE LA FONDATION .....	8
FOUS DE LA RAMPE : MISE EN VENTE DES BILLETS.....	9
LE DÉFI D'INGRID CLUZEAU .....	9

Présence de l'Institut sur les réseaux sociaux



Page officielle



Groupe officiel



@IUCPQ



Fondation IUCPQ

## ÉVÉNEMENTS

### As-tu inscrit ton équipe au tournoi de golf?



Si oui, c'est parfait!

Sinon, vous pouvez encore le faire **jusqu'au 15 juin, 16 h.**

[Pour plus de détails et s'inscrire.](#)



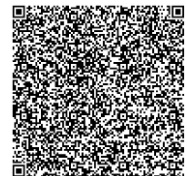
Le tournoi de golf des employés et employées de l'Institut aura lieu le 29 juin 2023 à 16 h 30 au Club de golf de Lorette.

LE COMITÉ ORGANISATEUR

### Assemblée générale annuelle du conseil des infirmières et infirmiers (CII)

L'Assemblée générale annuelle du CII se tiendra virtuellement le **4 mai 2023, de midi à 13 h**, par le biais de la plateforme Microsoft Teams. Lors de cette assemblée, le président présentera les faits saillants du rapport annuel du CII 2022-2023.

Pour ceux et celles qui ne peuvent y assister en direct, la rencontre sera enregistrée et ajoutée sur l'intranet de l'Institut dans la section CII. Pour participer à cette rencontre, [cliquez ici](#) ou utilisez le code QR ci-contre.



LE COMITÉ EXÉCUTIF DU CONSEIL DES INFIRMIÈRES ET INFIRMIERS

### Grand Défi Pierre Lavoie 2023 : Journée spaghetti!



Journée spaghetti



Aujourd'hui, **mercredi 26 avril de 10 h 45 à 13 h 45 et de 17 h à 19 h**, des membres de l'équipe du Grand Défi Pierre Lavoie 2023 sont présents à la cafétéria pour vous servir un délicieux repas spaghetti, qui comprend une salade César et un pain à l'ail, seulement au coût de 8,55\$ taxes incluses.

Cette activité permettra de soutenir notre équipe de cyclistes et pour chaque repas vendu, 2\$ seront remis à l'École de la Clé-du-Boisé.

Venez vous régaler! Merci de votre contribution.

Pour toutes questions, contactez [bruno-olivier.brabant.iucpq@ssss.gouv.qc.ca](mailto:bruno-olivier.brabant.iucpq@ssss.gouv.qc.ca).

L'ÉQUIPE DE L'IUCPQ-ULAVAL DU GRAND DÉFI PIERRE LAVOIE 2023

## La fatigue de compassion, la reconnaître pour mieux la prévenir : Report de l'atelier

Compte tenu du nombre insuffisant d'inscriptions à l'atelier sur la fatigue de compassion prévu le 28 avril, cette activité est reportée au 5 mai.

Prenez un moment d'arrêt avec nous et notre collègue Marion Frappa, assistante infirmière-chef au D3, pour échanger sur le sujet et découvrir des stratégies de prévention.

L'atelier se déroulera au local L2502, **le vendredi 5 mai, de 12 h à 13 h** – amenez votre lunch!

Les places sont limitées! Réservez la vôtre en écrivant à : [soutienpsychosocial.iucpq@ssss.gouv.qc.ca](mailto:soutienpsychosocial.iucpq@ssss.gouv.qc.ca).



## Semaine de la santé mentale : « Mon histoire »

Cette année, pour la [Semaine de la santé mentale](#) qui se déroulera du **1<sup>er</sup> au 7 mai**, l'Association canadienne pour la santé mentale nous invite à prendre conscience que ce sont nos histoires et nos différentes dimensions qui nous caractérisent en tant qu'individus et collectivités. Le fait de partager nos expériences et nos histoires favorise la compréhension réciproque, tout en nous ouvrant à d'autres visions. Ce thème nous rappelle l'importance d'une écoute empathique. La vulnérabilité et la force qui émanent de ces interactions ne peuvent qu'être bénéfiques. Les histoires de courage et de résilience partagées sont réconfortantes et nous font réaliser que nous ne sommes pas seuls.



La santé mentale pour tous



ans de  
communauté

L'ÉQUIPE DE SOUTIEN PSYCHOSOCIAL ET SPIRITUEL

[Retour Table des matières](#)

## NOMINATIONS ET RECRUTEMENT

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

La Direction des ressources humaines et des communications est en cours de recrutement d'étudiants et d'étudiantes pour la période estivale 2023. Nous sommes à la recherche d'étudiants pour combler des affectations temporaires pour les titres d'emploi suivants :

- [Préposé ou préposée à l'entretien ménager](#)
- [Préposé ou préposée au service alimentaire](#)

Les exigences sont :

- D'être disponibles pour travailler minimalement sept jours par période de deux semaines, sur au moins deux quarts de travail ainsi qu'une fin de semaine sur deux
- D'être disponibles pour travailler du 19 juin au 12 août 2023
- De retourner aux études à temps complet au mois de septembre 2023
- D'être actuellement étudiant ou étudiante en 5<sup>e</sup> secondaire

Vous connaissez une personne dynamique et autonome qui souhaite se joindre à nous? C'est avec plaisir que nous allons la rencontrer! Invitez-les à se rendre sur notre site Web dans la section [Institut / Emplois / Offres d'emploi / Emplois disponibles](#) ou partagez ce code QR.

[Pour en savoir plus sur l'emploi de préposé et préposée à l'hygiène et salubrité.](#)



[iucpq.qc.ca](http://iucpq.qc.ca)

LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES ET DES COMMUNICATIONS

## BABILLARD

### Avis de maintenance informatique : arrêt planifié du serveur Cristal-Net – DPE et GDF

L'arrêt, qui vise un entretien de serveurs, aura lieu le **mercredi 3 mai, entre 5 h et 5 h 20** et le **jeudi 4 mai, entre 5 h et 5 h 20 (deux coupures d'environ deux minutes)**. Le but est l'application des rustines de sécurité mensuelle. Il y aura un impact pour les utilisateurs des applications GDF et Cristal-Net : Requêtes-Résultats, Gulper, SICTO, DPE, Parcours bariatrique, iPlan).

Pour les utilisateurs de Cristal-Net, nous vous rappelons que toute nouvelle demande de laboratoire devra être faite manuellement (requête papier). C'est donc pourquoi nous vous demandons de procéder aux demandes urgentes seulement. Toutefois, tous les prélèvements prévus pendant cet arrêt peuvent être préparés dans Cristal-Net et acheminés aux laboratoires selon la procédure normale.

Pour les utilisateurs de Gulper, les données devront être saisies au retour de Cristal-Net. Pour les utilisateurs iPlan, vous devez faire vos mises à jour au retour de l'application. Pour les utilisateurs du DPE, l'application sera non disponible pendant la durée de l'arrêt.

### Avis de maintenance informatique : coupures des serveurs de fichiers Azote2, Azote3 et Americium (lecteurs réseaux G: H: V:)

Prenez note qu'il y aura un arrêt de ces serveurs le **mercredi 3 mai, de 5 h à 6 h 30**. Veuillez fermer et sauvegarder vos documents avant l'arrêt.

### Les cyberattaques en milieu hospitalier : une menace bien réelle



Les cyberattaques représentent une menace pour les établissements de santé. Vous pensez qu'elles se limitent aux ordinateurs? Détrompez-vous, puisque même les usagers peuvent en subir les conséquences. Pour en savoir plus, consultez le message diffusé aujourd'hui sur le *Babillard* de l'intranet.

### Changement concernant les environnements de télétravail

La DRI procède présentement à un changement de configuration des ordinateurs portables institutionnels utilisés en itinérance, notamment en contexte de télétravail. Ce changement requiert un déplacement à l'Institut afin d'effectuer la configuration de l'appareil. Pour en savoir plus, consultez le message diffusé aujourd'hui sur le *Babillard* de l'intranet.

## Nouveauté pour la prise de rendez-vous de votre test de dépistage COVID-19

Une nouvelle plateforme de prise de rendez-vous en ligne est disponible pour le dépistage de la COVID-19.

Fini l'attente d'un retour d'appel! La plateforme vous permet de prendre un rendez-vous de façon autonome.

Ce n'est pas tout! Un outil de reconnaissance des symptômes est désormais disponible pour bien identifier le moment opportun pour un dépistage.

Pour en savoir plus, visitez la section : [Clinique de dépistage à l'Institut et symptômes à surveiller de notre site Web](#).

Si vous avez des questions, composez le 8009, option 1.

## Je suis témoin de violence conjugale : que puis-je faire? - Rappel

Être témoin de violence conjugale peut vous mettre dans une position délicate. Il se peut aussi que vous soyez mal à l'aise avec l'idée de « vous mêler de ce qui ne vous regarde pas ». Sachez toutefois qu'il est tout à fait légitime de vouloir venir en aide à une personne vivant de la violence conjugale. Pour le bien des victimes, les actes de violence physique ou psychologique ne devraient pas rester dans la vie privée.

Si vous êtes témoin d'une situation qui demande une aide immédiate, **contactez le 911**.

Si vous avez été témoin de phénomènes inquiétants et que vous ne savez pas quoi faire, des options s'offrent à vous :

- Contacter SOS violence conjugale au 1 800 363-9010 en tout temps.
- Communiquer avec des ressources d'aide spécialisées (liste disponible dans l'intranet *Employé / Prévention, santé et sécurité au travail / Violence conjugale*).
- Visiter la page intranet *Employé / Prévention, santé et sécurité au travail / Violence conjugale* pour plus d'informations et d'outils pour vous aider.

Si vous avez besoin d'aide, de soutien ou de renseignements pour vous ou pour un proche, n'hésitez pas à contacter notre personne-ressource en violence conjugale, et ce, en toute confidentialité, par courriel :

[soutienpsychosocial.iucpq@ssss.gouv.qc.ca](mailto:soutienpsychosocial.iucpq@ssss.gouv.qc.ca), ou par téléphone au poste 8009, option3.

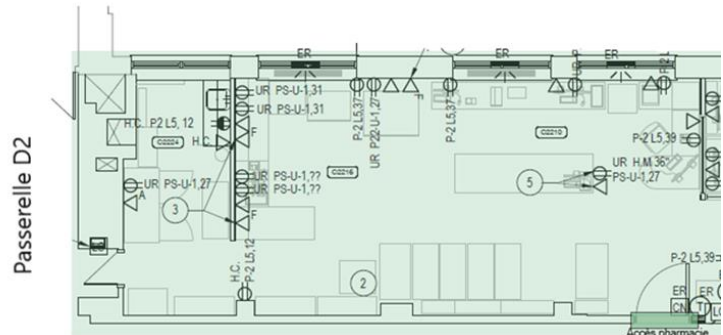
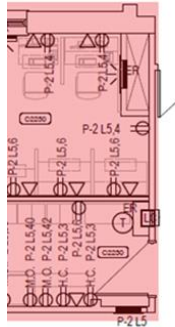
## Trucs et conseils pour le télétravail

Connaissez-vous la technique Pomodoro pour vous éviter des sources de distraction en télétravail? Pour la découvrir, consultez la fiche conseil sur la motivation, disponible dans la section : *Employé / Télétravail*.

Vous trouverez sur cette page de nombreux conseils sur des thèmes variés comme la civilité numérique, les pratiques de déconnexion ou les saines habitudes. Ils faciliteront votre pratique du télétravail et amélioreront votre mieux-être.

## Avis de travaux à la pharmacie –Phase III et dernière phase - Rappel

La phase III (20 mars au 2 mai 2023) touche uniquement le local du C2230 actuellement occupé par l'emballeuse-ensacheuse, ainsi que les bureaux administratifs du C2238 (chef de département, de service et secrétariat). Une signalisation temporaire sera affichée devant la porte du C2238 afin d'indiquer la façon de joindre les intervenants qui seront temporairement relocalisés dans le pavillon D. Tout a été planifié dans le souci de maintenir les activités et le meilleur service possible pendant la durée des travaux. Les échanges courtois sont de mise pendant cette période de transition. Pour toute problématique, veuillez s.v.p. vous référer aux gestionnaires.



LA DIRECTION DES SERVICES PROFESSIONNELS

## Modifications de recettes 101

Venez apprendre des trucs et astuces pour améliorer vos recettes en version plus santé. Cuisiner santé est plus facile qu'on le pense!

Réservez votre place le **lundi 1<sup>er</sup> mai** pour participer au cours de nutrition.

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

L'ÉQUIPE DU PPMC

## 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!

Visitezle *Babillard* de l'intranet pour tous les détails.

L'ÉQUIPE DE BENEVA

## FONDATION

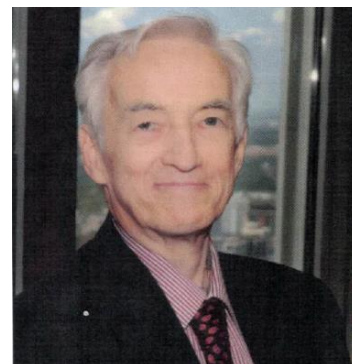
### Semaine nationale du don d'organes et de tissus : L'histoire d'Urgel Blais

En cette semaine nationale du don d'organes et de tissus, nous vous invitons à découvrir l'histoire de M. Urgel Blais qui a reçu un nouveau cœur à l'âge de 65 ans.

Cette intervention lui a sauvé la vie et lui a permis de pratiquer son travail pendant 14 années supplémentaires, soit jusqu'à l'âge de 79 ans.

Afin de témoigner sa reconnaissance pour les excellents soins reçus à l'Institut, il choisit maintenant d'appuyer la Fondation chaque année!

[Découvrir son histoire.](#)



### Cyclo-Défi IUCPQ : Fin de la prévente

Jusqu'à dimanche, inscrivez-vous au Cyclo-Défi IUCPQ en profitant du plus bas tarif de la saison, soit 140 \$. Dès lundi, le tarif grimpera à 160 \$. À noter que le coût d'inscription inclut le maillot exclusif de l'activité, la boîte à lunch et des ravitaillements.

C'est un rendez-vous le dimanche 10 septembre prochain!

[Inscription.](#)



### Du nouveau dans l'équipe de la Fondation

La Fondation est fière d'accueillir dans son équipe Marie-France Gaudreault à titre de directrice des communications. Marie-France cumule plus de 28 années d'expérience en communication et marketing, dont 13 années comme gestionnaire. Elle a occupé plusieurs postes clés au sein de différentes organisations, notamment en philanthropie.

Femme bienveillante et souriante, elle a un attachement personnel aux causes pour lesquelles elle souhaite s'engager en plus de croire fortement à un capital humain solide et bien ancré dans l'organisation. Nous sommes convaincus que Marie-France sera un atout précieux pour notre équipe!

Bienvenue, Marie-France!





## Fous de la Rampe : Mise en vente des billets

C'est demain que seront mis en vente les billets pour la 32<sup>e</sup> production théâtrale des Fous de la Rampe. Nous dévoilerons également le titre de la pièce, les dates des représentations et la liste des comédiens.

C'est à ne pas manquer! Suivez-nous sur [notre page Facebook](#) pour ne rien manquer!



## Le défi d'Ingrid Cluzeau

Le **1<sup>er</sup> juillet prochain**, Ingrid Cluzeau relèvera le défi de courir 50 km lors du Québec Mega Trail (QMT), une course de trail renommée qui se déroulera au Mont-Sainte-Anne.

Elle choisit de réaliser ce défi au profit de la Fondation parce que sa maman, décédée en 2022 d'un cancer du poumon, a reçu d'excellents soins à l'Institut. Il s'agit donc pour elle d'une façon de remercier l'ensemble des membres du personnel pour les bons soins prodigués à sa mère.

L'argent amassé grâce à ce défi permettra d'appuyer des recherches visant à combattre les maladies cardiaques et pulmonaires.

[Encourager Ingrid Cluzeau.](#)

