

L'EXPRESS DE

L'INSTITUT

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

Édition du 31 mai 2023

ÉVÉNEMENTS	2
ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DU CONSEIL MULTIDISCIPLINAIRE (CM) ET CONFÉRENCE - RAPPEL.....	2
SEMAINE QUÉBÉCOISE DES PERSONNES HANDICAPÉES.....	2
BABILLARD	3
AVIS DE MAINTENANCE INFORMATIQUE.....	3
LA DIÈTE MÉDITERRANÉENNE, À ADOPTER!.....	3
ASSOULISSEMENT DES MESURES POUR CONTRER LA COVID-19.....	3
CAMPAGNE D'AUTO-IDENTIFICATION DES MEMBRES DU PERSONNEL DE L'INSTITUT POUR LA MISE À JOUR DU PROGRAMME D'ACCÈS À L'ÉGALITÉ EN EMPLOI.....	4
DOCUMENTS D'ENSEIGNEMENT : NOUVEAUX DOCUMENTS DISPONIBLES.....	4
L'UTILISATION DE LOGICIELS EN LIGNE : UN PARI RISQUÉ.....	4
LES RÉSULTATS DU SONDAGE ENTREPRISE EN SANTÉ SONT DISPONIBLES!.....	5
LES REPRÉSENTANTS EN SANTÉ ET SÉCURITÉ (RSS) : QUE FONT-ILS?.....	5
BOUGER ENTRE COLLÈGUES!.....	5
PARTICIPEZ À LA CONFÉRENCE « DE L'INTENTION À L'ACTION »!.....	6
FONDATION	7
AU CŒUR DE VOS PASSIONS : UNE SOMME HISTORIQUE AMASSÉE!.....	7
LOTO-VOYAGES : PROCHAINS TIRAGES.....	7

Présence de l'Institut sur les réseaux sociaux



Page officielle



Groupe officiel



@IUCPQ



Fondation IUCPQ

ÉVÉNEMENTS

Assemblée générale annuelle du conseil multidisciplinaire (CM) et conférence - Rappel

L'assemblée générale annuelle du CM se tiendra en mode hybride le **7 juin 2023, de 12 h à 13 h**, via la plateforme [Teams](#) et en présentiel au local L2502. Pour participer à cette rencontre, visitez le *Babillard* de l'intranet ou utilisez le code QR ci-contre.

Ordre du jour :

- Adoption du rapport annuel 2022-2023
- Dévoilement des membres de l'exécutif du CM 2023-2024
- Présentation des comités de pairs
- Un cadeau pour vous : conférence Le plaisir de prendre soin de soi



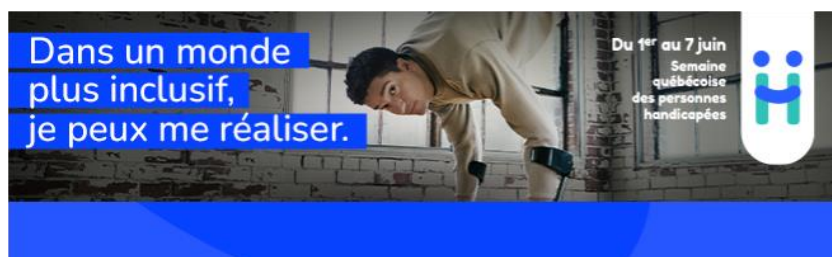
Notre conférencière, M^{me} Line Bolduc, est spécialiste de renommée internationale en lien avec la santé, la saine communication et la joie de vivre, le bien-être et l'équilibre au travail. Enjouée, elle se démarque par son énergie chaleureuse et son grand professionnalisme. Par un exercice concret, ce partage permettra de voir en quelques minutes ce qui peut nuire à votre bien-être global et créer du stress. L'importance du rire et la façon de dédramatiser les situations plus difficiles seront également abordées.

Pour vérifier votre inscription sur la liste des membres du CM, consultez la « Liste électorale du conseil multidisciplinaire » dans l'intranet : *Institut/Conseil d'administration, ses comités et conseils professionnels/Conseil multidisciplinaire (CM)* dans la section Membres.

L'EXÉCUTIF DU CONSEIL MULTIDISCIPLINAIRE

Semaine québécoise des personnes handicapées

La Semaine québécoise des personnes handicapées se déroule chaque année du **1^{er} au 7 juin**. Cette semaine rappelle l'importance de rendre nos communautés plus accessibles, équitables et inclusives. Les personnes handicapées rencontrent encore des obstacles qui nuisent à leur participation



sociale. Que ce soit dans les services publics et municipaux, les entreprises, les centres communautaires et sportifs ou les commerces, il est possible de mettre en place des solutions simples et concrètes. Parce que mieux accueillir les personnes handicapées, ce n'est pas si compliqué. Plusieurs organisations qui offrent des services à la population aimeraient améliorer l'accessibilité de leurs services, mais elles ne savent pas toujours comment s'y prendre. Sous forme de capsules vidéos, l'autoformation [Mieux accueillir les personnes handicapées](#) présente les meilleures pratiques à adopter selon différents types d'incapacités. Des mesures simples et peu coûteuses qui peuvent faire la différence!

Pour de l'information ou découvrir des idées afin de contribuer à bâtir une société plus inclusive, visiter notre [page Web!](#)

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

BABILLARD

Avis de maintenance informatique

Notez que plusieurs interventions sont prévues dans les jours à venir :

- **Du 29 mai au 2 juillet** : modification du service réseautique IUCPQ-ULaval
- **Jeudi 1^{er} juin** : mise à niveau à la version 2020.3.6 pour Virtuo SM (RH et Paie) – Rappel
- **Lundi 5 juin** : intervention sur les équipements de sécurité
- **Mercredi 7 juin** : arrêt de la suite Medi (MediRad, MediVisite, MediPatient)
- **Mercredi 7 juin et jeudi 8 juin** : arrêt planifié du serveur Cristal-Net – DPE et GDF
- **Mercredi 7 juin** : entretien préventif des serveurs applicatifs Crescendo

Pour connaître les détails, consultez le *Babillard* de l'intranet.

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 **5 et le 12 juin** prochain de 18 h 30 à 20 h 30.

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

L'ÉQUIPE DU PPMC

Assouplissement des mesures pour contrer la COVID-19

Considérant la situation épidémiologique actuelle favorable, l'assouplissement de certaines mesures est annoncé pour l'ensemble du personnel œuvrant au sein de notre institut. Pour connaître toutes les modalités selon les situations, veuillez consulter le communiqué émis le 29 mai 2023 dans l'intranet, section *Communiqués internes*.

LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES ET DES COMMUNICATIONS

[Retour Table des matières](#)

Campagne d'auto-identification des membres du personnel de l'Institut pour la mise à jour du programme d'accès à l'égalité en emploi

Le programme d'accès à l'égalité en emploi permet à l'Institut d'offrir à son personnel un milieu de travail équitable, diversifié et inclusif, en plus d'assurer une représentativité équitable des groupes ciblés, soit les femmes, les personnes handicapées, les personnes autochtones et les personnes appartenant à une minorité visible et ethnique.

Pour assurer la mise à jour du programme, il est recommandé dans la *Loi sur l'accès à l'égalité en emploi dans les organismes publics* que tous les membres du personnel de l'Institut remplissent, d'ici le **17 juin**, un [court questionnaire](#) d'auto-identification.

Les définitions des différents groupes sont incluses dans le questionnaire. Tout le personnel, incluant les personnes qui ne s'identifient à aucun des groupes précités, est invité à remplir le questionnaire.

Pour mieux comprendre le processus d'auto-identification, nous vous invitons à écouter [une vidéo explicative](#).

Pour plus d'information, visitez la section *Babillard* de l'intranet.

LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES ET DES COMMUNICATIONS

Documents d'enseignement : nouveaux documents disponibles



De nouveaux documents d'enseignement sont disponibles sur le portail de la bibliothèque-patients. N'hésitez pas à y jeter un coup d'œil!

- [Comprendre votre achalasie : Examens, traitements et alimentation](#)
- [Polygraphie cardiorespiratoire du sommeil : examen](#)
- [Contrôler et prévenir les saignements de nez : Retour à la maison](#)
- [Vivre un deuil : ressources d'aide](#)

LA DIRECTION DE L'ENSEIGNEMENT ET DES AFFAIRES UNIVERSITAIRES

L'utilisation de logiciels en ligne : un pari risqué

L'équipe de sécurité informationnelle aimerait vous rappeler que l'utilisation de logiciels en ligne (ex. iLovePDF, ChatGPT, Canva, etc.) comporte son lot de risques. Pour en savoir davantage sur les pratiques à adopter et celles à éviter, consultez le Babillard.

LA DIRECTION DES RESSOURCES INFORMATIONNELLES

Les résultats du sondage Entreprise en santé sont disponibles!

Vous pouvez désormais consulter les résultats de l'évaluation Entreprise en santé. Vos réponses qui ont été amassées serviront à bonifier le plan d'action sur la santé et le mieux-être du personnel à partir des priorités et des besoins identifiés. Durant les prochaines semaines, des capsules d'information seront diffusées afin de vous informer sur des actions en cours qui ont un lien direct avec les résultats obtenus.

Pour consulter l'ensemble des résultats dans l'intranet : *Institut/Entreprise en santé/Sondage et résultats*.

VOTRE COMITÉ SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE

Les représentants en santé et sécurité (RSS) : que font-ils?

Depuis le 6 avril 2022, le régime intérimaire de la Loi modernisant le régime de santé et sécurité du travail (LMRSST) est entré en vigueur. Nous devons donc mettre en place des actions axées sur la santé et sécurité au travail (SST) avant l'adoption du règlement sur les mécanismes de prévention prévu pour le mois d'octobre 2025.

Les RSS sont des intervenantes et intervenants sélectionnés parmi l'ensemble des employées et des employés de l'Institut, à l'aide des instances syndicales, pour adresser les enjeux et soutenir les activités liées aux bonnes pratiques en matière de santé et sécurité au travail.

Parmi leurs responsabilités, ils auront à effectuer l'inspection des lieux, faire des recommandations au comité paritaire en santé et sécurité au travail (CPSST) et d'être disponible pour les employés afin de les soutenir dans leurs démarches. Les représentants seront bien identifiés par un dossard vert SST lors de leur tournée dans l'établissement. Restez à l'affût! Vous allez rencontrer vos représentants très bientôt.

Pour en savoir plus sur les changements sur la LMRSSST et le rôle de RSS, consultez le *Babillard* ou l'intranet dans *Employé/Prévention, santé et sécurité au travail*.

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

Bouger entre collègues!

Saviez-vous que l'Institut détient des accès gratuits à la plateforme en ligne d'Énergie Cardio? C'est l'occasion parfaite pour réserver une salle et faire un entraînement entre collègues! Que ce soit du cardio, de la danse, de la musculation ou de la détente, la plateforme vous offre plus de 200 cours en ligne, en différées ou en rediffusion. En plus, certains entraînements durent seulement 30 minutes!

Pour les modalités de connexion, consultez la section *Employé/Activités physiques* dans l'intranet.

VOTRE COMITÉ SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE

Participez à la conférence « De l'intention à l'action »!

Souvent, nous savons ce qu'il faudrait faire pour notre santé, mais... nous ne le faisons pas. Pourquoi? Comment tenir nos engagements pour une vie plus saine?

Une spécialiste de chez Capsana vous donnera les stratégies gagnantes pour que vos bottines suivent vos babines! La conférence comprendra des outils et des exercices pour vous aider à tenir vos promesses envers vous-même.

Votre conférencière, Marie Christine Larocque, est psychologue de formation. Ses domaines de prédilection sont la promotion et le maintien de la santé physique et psychologique. Elle croit fermement en la capacité de chacun à améliorer sa qualité de vie en adoptant de saines habitudes de vie et en s'engageant activement dans sa santé globale. Elle aime contribuer à la promotion d'outils concrets et utiles au quotidien qu'elle juge indispensables au maintien d'une santé optimale.



© Olivier Samson Arcand / OSA

[Participez à la formation le 7 juin à midi.](#)

VOTRE COMITÉ SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE

FONDATION

Au cœur de vos passions : une somme historique amassée!

Vendredi dernier, nous avons célébré en grand le 20^e anniversaire de la soirée Au cœur de vos passions et nous avons conclu la soirée de la plus magnifique façon en atteignant la somme historique de 850 000 \$ de profits nets amassée pour notre Fondation.

Nous tenons à remercier tous les gens de cœur qui se sont mobilisés, notamment nos coprésidents d'honneur qui ont su porter notre cause avec brio. Votre implication à tous et à toutes fera une réelle différence en permettant de soutenir des projets prioritaires de l'Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec – Université Laval.

Quel privilège nous avons de pouvoir compter sur votre appui!



Loto-Voyages : prochains tirages



C'est demain, le **1^{er} juin**, qu'auront lieu les prochains tirages de la Loto-Voyages 2023. Trois prix seront tirés :

- Crédit-voyage chez Laurier du Vallon d'une valeur de 3 000 \$
- Crédit-voyage chez Laurier du Vallon d'une valeur de 3 000 \$
- Crédit-voyage chez Laurier du Vallon d'une valeur de 3 000 \$

[Consulter la liste des tirages et des prix.](#)

Le tirage sera fait à la cafétéria à 12 h et en direct sur le [groupe Facebook IUCPQ-ULaval!](#)

Les gagnants seront annoncés sur le site Internet de la Fondation et sur la page Facebook du groupe officiel IUCPQ-ULaval.

Bonne chance!

[Retour Table des matières](#)