

ÉVÉNEMENTS	2
DÉCOUVREZ LA SEMAINE DE LA SANTÉ, SÉCURITÉ ET MIEUX-ÊTRE AU TRAVAIL!.....	2
BABILLARD	3
PRÉSENTATION DE L'ÉQUIPE D'AGRÉMENT CANADA.....	3
APPRENEZ-EN PLUS SUR LA DÉPRESSION SAISONNIÈRE – RAPPEL.....	3
PLAN D'ACTION ENTREPRISE EN SANTÉ.....	4
DOCUMENT CONCERNANT L'ÉVALUATION DU MAINTIEN DE L'ÉQUITÉ SALARIALE 2020 DU CONSEIL DU TRÉSOR – RAPPEL.....	4
DIFFÉRENTES OPTIONS POUR BOUGER!.....	4
PRÉSENTATION DE L'ÉQUIPE DU GRAND DÉFI PIERRE LAVOIE 2024.....	5
UN NOUVEAU SONAR POUR MIEUX DÉTECTER L'HAMEÇONNAGE – RAPPEL.....	5
CHANGEMENT DE L'ADRESSE URL POUR ACCÉDER AU BVI.....	5
PRÉSENTATION DU CEIADV À LA TABLE DES COLEADERS POUR LE SOUTIEN À LA TRANSFORMATION NUMÉRIQUE.....	6
INSCRIVEZ-VOUS À LA PLATEFORME NUMÉRIQUE TELUS SANTÉ INTÉGRALE!.....	6
DÉCOUVREZ L'HIVERNOTHÉRAPIE PAR STROM SPA.....	7
SOUTIEN AU RESPECT ET À LA CIVILITÉ.....	7
AVIS DE MAINTENANCES INFORMATIQUES : ENTRETIEN DES CVO DU CHU DE QUÉBEC.....	8
AVIS DE MAINTENANCES INFORMATIQUES : ARRÊT DES SERVEURS DE FICHIERS IUCPQ (G: H: V).....	8
L'INSTITUT FIER DE VOUS!.....	8
FONDATION	9
NOMINATION DE CHANTAL PILON À TITRE DE DIRECTRICE GÉNÉRALE DE LA FONDATION IUCPQ.....	9
DÉPART À LA RETRAITE DE JOSÉE GIGUÈRE LE 1 ^{ER} FÉVRIER PROCHAIN.....	9
BRANCHEZ-VOUS SUR LE CŒUR.....	10
RÉSULTATS DE LA COLLECTE DE FONDS DE M ^{ME} HÉLÈNE LAMARCHE.....	10

Présence de l'Institut sur les réseaux sociaux



Page officielle



Groupe officiel



@iucpq.ulaval



@IUCPQ



Fondation IUCPQ

ÉVÉNEMENTS

Découvrez la semaine de la santé, sécurité et mieux-être au travail!

Les risques au travail sont présents dans tous les secteurs d'activité et les corps de métier. Les connaissez-vous tous? L'équipe du Service de santé, sécurité et mieux-être au travail vous a préparé une semaine thématique, du **29 janvier au 2 février** afin de vous informer sur plusieurs de ces risques. Chaque jour, vous aurez la chance de rencontrer différents intervenants et intervenantes au kiosque situé au carrefour (quatre-chemins) ou à la cafétéria.

- Lundi : Risques biologiques, parlons de vaccination - Ça t'intéresse? Apporte-nous ton carnet pour savoir si ta protection est complète.
- Mardi : Violence - Passons à l'action! Découvrez comment la dénoncer.
- Mercredi : Conformité légale - SIMDUT : c'est l'affaire de tous! Le connaissez-vous bien?
- Jeudi : Troubles musculosquelettiques (TMS) - Les TMS... mieux vaut les prévenir que les guérir!
- Vendredi : Risques psychosociaux (RPS) - Comment reconnaître les risques psychosociaux et encourager les bonnes pratiques de travail?

Pour l'horaire complet, consultez le *Babillard* de cette semaine.

Chaque participation à un des différents kiosques vous donne une participation au tirage d'entrées à l'expérience thermale au Strom Spa.

Au plaisir de vous voir en grand nombre!

L'EQUIPE DU SERVICE EN SANTE, SECURITE ET MIEUX-ETRE AU TRAVAIL

[Retour Table des matières](#)

BABILLARD

Présentation de l'équipe d'Agrément Canada

Voici la composition de l'équipe d'agrément qui nous visitera durant la semaine du 21 janvier 2024.



Daniel Boisvert
Chef d'équipe - Visiteur



Renée Charpentier
Visiteuse



D' Régis Vaillancourt
Visiteur



Carmen Chénard
Observatrice

Pour plus d'information, visiter la page [Agrément](#).

Bonne visite!



LA DIRECTION DE LA QUALITÉ, DE L'ÉVALUATION, DE LA PERFORMANCE, DE L'ÉTHIQUE, DE LA TRANSFORMATION ET DE L'INNOVATION

Apprenez-en plus sur la dépression saisonnière – Rappel

Avez-vous déjà entendu parler du trouble affectif saisonnier (TAS), mieux connu sous l'appellation de dépression saisonnière? Il s'agit d'un trouble caractérisé, entre autres, par une fatigue importante, une augmentation de la tristesse et une variation de l'appétit. Le TAS se distingue de la dépression par son caractère saisonnier. En effet, il survient généralement à l'automne et se résorberait de lui-même au printemps. Cela s'explique par le manque de luminosité, qui peut avoir un impact sur la production de sérotonine et de mélatonine par l'organisme, engendrant des impacts sur le sommeil et l'humeur.

Si vous êtes affectés par cette condition, de saines habitudes de vie sont à privilégier : routine de sommeil régulière, alimentation équilibrée, activité physique, etc. La luminothérapie peut également vous aider : son efficacité est reconnue chez 60 % des personnes atteintes du TAS.

Afin d'obtenir de l'aide, n'hésitez pas à consulter votre médecin, votre programme d'aide aux employés et à la famille (PAEF) au 1 855 612-2998 ou contacter l'intervenante en soutien psychosocial au poste 8009, option 3. Malgré le caractère temporaire de cette condition, celle-ci peut grandement impacter votre qualité de vie.

Pour plus d'informations sur le sujet, inscrivez-vous au **webinaire** offert par votre programme d'aide aux employés et à la famille le **24 janvier de midi à 13 h** en [cliquant ici](#). Les places sont limitées; la priorité sera accordée aux bienveilleurs et bienveilleuses.

L'ÉQUIPE DE SOUTIEN PSYCHOSOCIAL ET SPIRITUEL

Plan d'action Entreprise en santé

Le comité santé et mieux-être collabore sur différents projets visant l'amélioration de la santé et du mieux-être des intervenantes et intervenants de l'Institut. En nous basant sur les résultats du sondage Entreprise en santé et sur les différentes données administratives, les besoins prioritaires identifiés sont la santé mentale, la conciliation travail et vie personnelle ainsi que les situations d'incivilité et de harcèlement. En plus de ces thèmes importants, notre plan d'action touche aux différentes sphères Entreprise en santé. Voici quelques exemples des interventions de cette année :

- Bonifier l'offre de repas pour apporter (thème prioritaire : conciliation travail – vie personnelle);
- Promouvoir la plateforme virtuelle du PAEF (thème prioritaire : santé mentale);
- Promouvoir l'offre de service en lien avec le respect et la civilité (thèmes prioritaires : incivilité et harcèlement);
- Réaménagement de la salle de pause du Y3350 et amélioration de l'aménagement extérieur.

Et bien plus! Consultez le plan d'action et suivez l'avancement des différents projets sur l'intranet : *Institut/Entreprise en santé/Plan d'action*.

VOTRE COMITÉ SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE

Document concernant l'évaluation du maintien de l'équité salariale 2020 du Conseil du trésor - Rappel

Le 20 décembre 2023, le Conseil du trésor a affiché les résultats des travaux d'évaluation du maintien de l'équité salariale 2020 du programme d'équité salariale visant le personnel salarié des secteurs de la santé et des services sociaux et de l'éducation. Vous pouvez consulter l'affichage à la page intranet *Employé/Informations générales/Équité salariale*; ou en [cliquant ici](#).

LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES

Différentes options pour bouger!

Le projet d'abonnement à la plateforme virtuelle d'entraînement Énergie Cardio financé par le comité santé et mieux-être est maintenant terminé. Par contre, vous avez toujours accès à **des tarifs préférentiels** dans différents centres de conditionnement physique et de yoga. Vous avez le choix d'entraînement **dans un centre** ou à l'aide d'une **plateforme virtuelle**.

Pour plus de détails, consulter l'intranet à la page *Employé/Activités physiques*.

VOTRE COMITÉ SANTÉ MIEUX-ÊTRE

[Retour Table des matières](#)

Présentation de l'équipe du Grand défi Pierre Lavoie 2024

Le comité santé et mieux-être a le plaisir de vous présenter les cinq personnes fières représentantes de l'Institut au Grand défi Pierre Lavoie. Ce défi de 1000 km en vélo se déroulera du 14 au 16 juin prochains. Pour le choix de nos participantes et participants, nous avons privilégié les gens n'ayant jamais représenté l'Institut et nous avons finalisé le choix par un tirage, supervisé par M^{mes} Martine Martin et Marie-Claude Matte.

C'est avec fierté que vous verrez vos collègues se préparer à ce défi dans les prochains mois. Félicitations à M^{mes} Catherine Balg, Kathie Croteau, Véronique Gosselin, Julie Vaugeois-Picard et M. Clément Létourneau!

Surveillez les prochaines publications. L'équipe réalisera des activités de levée de fonds pour soutenir une école et accomplir leur défi.

LE COMITÉ SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE

Un nouveau sonar pour mieux détecter l'hameçonnage - Rappel

En ce début d'année 2024, l'équipe de sécurité de l'information souhaite vous rappeler l'importance d'être vigilant concernant les tentatives d'hameçonnage. N'oubliez pas que si vous doutez de la provenance d'un courriel, il ne faut jamais cliquer sur un lien qui s'y trouve ou scanner un code QR.

Pour mieux repérer les courriels frauduleux, visitez la section sur l'hameçonnage dans l'intranet : *Soutien administratif/Informatique (DRI)/Sécurité de l'information*. Vous y trouverez la définition de l'hameçonnage, la façon de signaler les courriels frauduleux, les indices qui permettent de les repérer et quelques exemples.

À la réception d'un courriel frauduleux, il y a trois scénarios possibles :

1. Si vous êtes certain qu'il s'agit bien d'un courriel frauduleux : signalez le courriel. Cette action est suffisante et vous n'avez pas besoin de contacter la sécurité informatique dans ce cas.
2. Si vous avez un doute et vous avez besoin d'aide : vous pouvez transférer le courriel à l'adresse suivante : incident.informatique@chudequebec.ca.
3. Si le courriel est déposé automatiquement dans votre dossier **Courrier indésirable** : aucune action n'est requise.

La prudence est de mise!

Changement de l'adresse URL pour accéder au BVI

Nous aimerions vous rappeler que l'accès au BVI IUCPQ se fera désormais par l'URL suivante (autant de l'interne que de l'externe) : <https://bvi.iucpq.ca/>.

Il est important de penser à modifier vos favoris, car l'ancienne URL ne sera plus fonctionnelle dès le 31 janvier 2024.

LA DIRECTION DES RESSOURCES INFORMATIONNELLES

Présentation du CEIAVD à la Table des coleaders pour le soutien à la transformation numérique

M^{me} Marie-France Thibault, conseillère en intelligence artificielle et valorisation des données au Centre d'expertise en intelligence artificielle et valorisation des données (CEIAVD) accompagnée de M. Nicolas Gignac, coordonnateur à la Direction de l'analyse et de l'intelligence artificielle (DAIA) du MSSS présentaient, le 25 septembre dernier, à la rencontre de soutien à la transformation numérique tenue par la Direction de la transformation numérique et de la planification des projets au MSSS. C'est plus de 125 personnes, soit des coleaders cliniques, en technologies de l'information et responsables de l'application du plan de transformation numérique des établissements et organismes du réseau qui étaient présents. Cette présentation a permis de présenter les rôles respectifs pour le réseau du CEIAVD et de la DAIA, ainsi que d'augmenter les connaissances sur l'intelligence artificielle en santé.

LA DIRECTION DE LA QUALITÉ, DE L'ÉVALUATION, DE LA PERFORMANCE, DE L'ÉTHIQUE, DE LA TRANSFORMATION ET DE L'INNOVATION

Inscrivez-vous à la plateforme numérique TELUS Santé Intégrale!

Cette plateforme gratuite s'inscrit dans le programme d'aide aux employés et à la famille (PAEF).

Vous y découvrirez des outils et du contenu sur le mieux-être ainsi que des programmes de soins immédiats, qui incluent des balados, des vidéos et du contenu interactif sur différents sujets, comme l'anxiété, la parentalité, les finances, et bien plus.

Pour s'inscrire, simplement suivre les étapes suivantes :

1. [Cliquez ici](#) ou téléchargez l'application mobile TELUS Santé Intégrale
2. Cliquez sur « S'inscrire »
3. Votre code d'invitation est IUCPQ-votre numéro d'employé(e) incluant le ou les zéros devant si nécessaire (ex. : IUCPQ-001234)
4. Créez votre compte avec une adresse courriel et un mot de passe

Pour le personnel de la Direction de la recherche, écrivez à l'adresse acr@criucpq.ulaval.ca.

Pour les médecins, résidents et résidentes, vous pouvez joindre le [PAMQ](#), au numéro 1 800 387-4166.

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

Découvrez l'hivernothérapie par Strom Spa

Strom Spa présente l'[hivernothérapie](#) : des offres pour accueillir les joies de l'hiver.

Entre autres, vous pouvez lire des témoignages, suivre une méditation guidée et profitez de plusieurs promotions exclusives.

N'oubliez pas de participer au [concours mensuel](#) pour la chance de gagner deux entrées gratuites.

Prenez soin de vous!

VOTRE COMITÉ SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE



Soutien au respect et à la civilité

Offre de service
Respect et civilité



Vous croyez être victime ou témoin d'incivilité, de harcèlement ou de violence en milieu de travail?

Vous souhaitez régler un conflit, mais vous ne savez pas par où commencer?

En contactant le personnel en soutien au respect et à la civilité, nous prendrons le temps de vous rencontrer en toute confidentialité afin de vous...

- Orienter vers la méthode de résolution adaptée à votre situation
- Offrir les outils nécessaires pour faciliter la gestion de votre situation
- Soutenir et de vous conseiller dans la gestion de vos conflits ou de toute autre démarche
- Accompagner dans un processus de signalement ou de dénonciation formelle d'une situation d'incivilité, de harcèlement ou de violence

Contactez-nous dès maintenant en téléphonant au poste 3800 ou en écrivant à respect.iucpq@ssss.gouv.qc.ca.

Consultez la Politique visant à prévenir et à gérer les situations d'incivilité, de harcèlement et de violence en milieu de travail et plus encore dans l'intranet, section : *Employé/Respect et civilité*.

LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES

Avis de maintenances informatiques : entretien des CVO du CHU de Québec

La Direction des ressources informationnelles doit effectuer un test de haute disponibilité sur l'infrastructure CVO du CHU de Québec. L'intervention qui consiste à fermer l'une des deux entrées à Internet aura lieu le **jeudi 18 janvier à 10 h**. Aucune coupure n'est prévue lors de cette intervention.

Avis de maintenances informatiques : arrêt des serveurs de fichiers IUCPQ (G: H: V:)

Prenez note qu'il y aura un arrêt des serveurs de fichiers IUCPQ le **mercredi 24 janvier de 5 h à 6 h 30**. Veuillez fermer et enregistrer vos documents avant l'arrêt. Redémarrez votre session Windows pour rebrancher vos lecteurs réseau si nécessaire.

LA DIRECTION DES RESSOURCES INFORMATIONNELLES

L'Institut fier de vous!

Nous sommes fiers de pouvoir compter sur des intervenants et intervenantes comme vous!

Vous recevez régulièrement divers prix, reconnaissances ou mentions d'honneur de la part de différents partenaires, ordres ou instances.

Cette rubrique vous présente les dernières nouvelles :

- [L'avenir de la médecine passe par le microbiote intestinal](#)
- [Neurométabolisme : deux études des équipes de Dr Alexandre Caron et de Dre Natalie Michael font la une de journaux scientifiques!](#)
- [Le Centre de recherche de l'Institut au 2^e rang du classement provincial pour sa performance « coût/chercheur »](#)
- [Dr Philippe Joubert et son équipe contribuent à l'une des 10 découvertes les plus importantes de 2023 selon le magazine Québec Science](#)

LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES

[Retour Table des matières](#)

FONDATION

Nomination de Chantal Pilon à titre de directrice générale de la Fondation IUCPQ

C'est avec grand plaisir que nous vous annonçons la nomination de M^{me} Chantal Pilon à titre de directrice générale de la Fondation IUCPQ.

Titulaire d'un baccalauréat en relations industrielles de l'Université Laval, M^{me} Pilon a développé une solide expertise en communication, en marketing et en économie au cours de sa carrière.

Elle a occupé de nombreux postes clés, notamment à titre de directrice générale de la Fondation de l'UQAR et de directrice générale du comité organisateur de la 57^e finale des Jeux du Québec de Rimouski. Elle a également possédé sa propre agence de communication marketing, G communication.

Dynamique et prête à relever ce nouveau défi, M^{me} Pilon sera très certainement un atout précieux dans notre belle équipe!

Nous lui souhaitons la bienvenue!

[En savoir plus sur son parcours](#)



Départ à la retraite de Josée Giguère le 1^{er} février prochain

Cette nouvelle nomination marque également le départ à la retraite, le 1^{er} février prochain, de l'actuelle directrice générale de la Fondation, M^{me} Josée Giguère. Au cours de ses huit années à la tête de la Fondation IUCPQ, elle a toujours eu à cœur de soutenir les projets de l'Institut et de faire rayonner les équipes qui y œuvrent. Nous lui souhaitons une retraite remplie de projets et d'activités en plein air!



Branchez-vous sur le cœur

Le début de la nouvelle année vous donne des envies de renouveau? Pour 125 \$, procurez-vous un billet pour notre loterie Branchez-vous sur le cœur et courez la chance de mettre la main sur une BMW i4 xDrive électrique.

Par ce geste, vous soutiendrez la Fondation et favoriserez l'amélioration continue des soins offerts aux patients.

1 billet = 1 chance sur 3 750 de remporter une BMW i4 M50 xDrive électrique.

[Procurez-vous votre billet dès maintenant](#)



Résultats de la collecte de fonds de M^{me} Hélène Lamarche

Nous tenons à remercier M^{me} Hélène Lamarche pour l'organisation de sa collecte de fonds et pour sa vente de délicieux chocolats faits maison en décembre dernier.

Cette implication lui permet de remettre un montant de 2 300\$ à la Fondation afin de soutenir la recherche sur les maladies pulmonaires!

Nous tenons à la remercier pour ce geste de cœur!

[En savoir plus](#)



[Retour Table des matières](#)