

L'Express de L'INSTITUT

Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec - Université Laval

EN MANCHETTES DANS CE NUMÉRO DU 28 FÉVRIER 2018

- Événements et activités
- Nominations et recrutement
- Info-travaux (Aucun communiqué sous cette rubrique cette semaine)
- Babillard

ÉVÉNEMENTS ET ACTIVITÉS



PPMC
INSTITUT UNIVERSITAIRE
DE CARDIOLOGIE
ET DE PNEUMOLOGIE
DE QUÉBEC

LE MERCREDI
7 MARS 2018
18 h À 19 h 30

CONFÉRENCE GRAND PUBLIC

**Un puissant médicament :
l'activité physique**

Présentée par
Thierry Gaudet-Savard, kinésologue
et chargé d'enseignement en médecine

Bienvenue aux employés!

Salle P-0945, 2^e étage
PPMC (IUCPQ)
2725, Chemin Sainte-Foy
Inscription
418 656-8711 poste 5862

Entreprise
en **santé**
CRÉÉE PAR LA 3M

CONFÉRENCE PPMC

« UN PUISSANT MÉDICAMENT : L'ACTIVITÉ PHYSIQUE »

Présentée par Thierry Gaudet-Savard, kinésologue et chargé d'enseignement en médecine

MERCREDI 7 MARS 2018 – 18 h à 19 h 30

Salle P-0945, 2^e étage PPMC (IUCPQ)

Inscription : poste 5862

Bienvenue aux employés!



CYCLO-DÉFI IUCPQ : C'EST PARTI POUR UNE 9^E ÉDITION!

Venez pédaler avec nous **le dimanche 9 septembre prochain** dans le cadre de cette 9^e édition du **Cyclo-Défi IUCPQ** présentée par La Capitale assurance et services financiers.

Plusieurs nouveautés seront au rendez-vous en cette année haute en festivités soulignant le **100^e anniversaire de l'Institut** : **un nouveau site de départ et de nouveaux parcours!**



Sous la présidence d'honneur de M. Jean St-Gelais, président du conseil et chef de la direction de La Capitale groupe financier, la randonnée rassemblera plus de 400 cyclistes de tous les niveaux qui rouleront pour le plaisir au profit de la Fondation IUCPQ!

Inscrivez-vous dès maintenant au www.cyclodefi-iucpq.com



VOTRE FONDATION



PROGRAMMATION PRINTEMPS 2018 CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET MIEUX-ÊTRE – ENTREPRISE EN SANTÉ

Inscription par courriel seulement
Cliquez sur le formulaire d'inscription

Conditionnement physique et mieux-être

Horaires des cours PRINTEMPS 2018
du 2 avril au 22 juin

| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|-------------------|-------|-----------------------------|-----------------------|--------------------------|---------------------|
| 8 h 30 à 9 h | | | | | |
| 12 h à 12 h 45 | | Yoga Pilates Spinning | Yoga hatha Pilates | Yoga Yin Yang Pilates | Spinning Pilates |
| 12 h 15 à 12 h 45 | | Yoga hatha Pilates | Yoga hatha Pilates | Yoga hatha Pilates | Spinning Pilates |
| 16 h à 17 h | | Spinning Pilates | | | Spinning Pilates |
| 16 h 15 à 17 h 15 | | | | | Spinning Pilates |

ABDO-STRETCHING - Entraînement visant à relaxer et à assouplir les muscles du tronc et des membres inférieurs. Ce cours aide à améliorer votre posture et à prévenir les maux de dos (yoga modifié). Coût: 21 \$

BULLE ÉNERGIE - Pour brûler un maximum d'énergie, il y a rien de mieux que les exercices cardiovasculaires. Choisissez un mode musculaire pour vous entraîner tout en profitant de la motivation nécessaire pour vous aider à brûler un maximum d'énergie. (rythme modéré constant). Coût: 10 \$

ENTRAÎNEMENT STYLE «CROSSFIT» - Offrant une programmation constante, variée, ce cours vous permettra de développer votre capacité musculaire et cardiovasculaire (rythme varié). Coût: 15 \$

PLEINE CONSCIENCE - À l'abri des distractions, vous allez développer des techniques de gestion du stress afin d'apprendre à vivre au jour à la fois et de cultiver le calme intérieur. Vous aurez aussi accès de facile à accès aux ateliers ainsi qu'à des perspectives. Coût: 65 \$ (85 minutes) ou 85 \$ (100 minutes)

SPINNING - Entraînement pour brûler un maximum d'énergie accompagné d'une musique stimulante (rythme constant). Coût: 17 \$

YOGA HATHA - Yoga (hatha) classique basé sur l'échauffement de postures de yoga traditionnelles, la respiration et la méditation dans la recherche de l'équilibre sur les plans physique et psychique. Une attention particulière sera accordée à la concentration et à l'endurance musculaire (rythme modéré). Coût: 12 \$

YOGA YIN YANG - Mélange de yoga hatha doux traditionnel (yang) et d'étirements doux au professeur (yin) permettant d'être plus actif. Transition fluide et active. Pour ceux qui veulent le meilleur des 2 mondes et de plus en plus... attention! (rythme très modéré). Coût: 12 \$

LES INSCRIPTIONS DÉBUTENT LE LUNDI 12 MARS À 6 h ET SE TERMINENT LE VENDREDI 23 MARS À 16 h

SOYEZ ACTIFS!

Entreprise en santé

Dans le cadre d'Entreprise en santé, le PPMC vous offre des cours d'activité physique et vous invite à consulter sa **programmation complète**, maintenant disponible sur le **Babillard de l'intranet**.

NOUVEAUTÉ

📌 **Brûle énergie**

Entraînement musculaire et cardiovasculaire pour brûler un maximum d'énergie

NOS INCONTOURNABLES

📌 **Pleine conscience**

Techniques de gestion du stress permettant d'apprendre à vivre un jour à la fois et de cultiver le calme intérieur

📌 **Yoga yin yang**

Enchaînement de postures de yoga traditionnel et d'étirements doux

📌 **Yoga hatha, abdos-stretching, spinning et entraînement style « Cross fit »**

La période des **inscriptions** pour la saison printanière débute le **lundi 12 mars, à 6 heures**, et celles-ci doivent être faites **par courriel** au moyen du **formulaire** disponible à la réception du PPMC ou sur l'intranet, section Babillard.

Fin des inscriptions le 23 mars 2018

SOYEZ ACTIFS!

L'ÉQUIPE DU PPMC



LOTO-VOYAGES

Surveillez le prochain tirage de la Loto-Voyages qui aura lieu **jeudi prochain, le 8 mars, à la cafétéria.**

Qui se méritera un **voyage à Paris** d'une valeur de 2 500 \$?

Bonne chance à tous!

VOTRE FONDATION



VENTE DE CHOCOLATS DE PÂQUES



Ils arrivent...!!!

La vente des chocolats de Pâques
par le *Comité de financement des employés de l'Institut*
se tiendra **les jeudi et vendredi 15 et 16 mars prochain.**

Plusieurs **points de vente** seront disponibles pour vous procurer des petites douceurs chocolatées :

- ◆ **l'entrée du tunnel (entre 7 h et 17 h)**
- ◆ **la cafétéria**
- ◆ **le pavillon Marguerite d'Youville, en face de l'auditorium (de 11 h à 13 h 30).**

Le **tirage d'un gros chocolat de Pâques** se fera la semaine suivante,
soit le **jeudi 22 mars!**

Les billets pour le tirage seront en vente tout au long de la journée à l'entrée du tunnel ainsi qu'à la cafétéria et au pavillon Marguerite d'Youville sur l'heure du midi.

VOTRE COMITÉ DE FINANCEMENT DES EMPLOYÉS DE L'INSTITUT



NOMINATIONS ET RECRUTEMENT

BESOIN DE PERSONNEL DU 6 AU 10 JUIN 2018 POUR LE SOMMET DU G7

Le prochain Sommet du G7 aura lieu dans la municipalité de La Malbaie, dans Charlevoix, les 8 et 9 juin prochain. La contribution des services de santé et des services sociaux sera requise, notamment par les autorités fédérales et les partenaires provinciaux lors de cet événement.

Dans les besoins en ressources humaines exprimés par les différents partenaires, un besoin de **12 infirmières** sera à combler. Ces ressources seront appelées à œuvrer dans la zone d'accès contrôlée dans le cadre du programme des PPI (personnes jouissant d'une protection internationale) de Santé Canada. Les modalités entourant les conditions de travail et les trajectoires de communication seront précisées ultérieurement.

Lors de leur affectation avec Santé Canada, les infirmières engagées seront sous le commandement et contrôle effectifs de Santé Canada et devront se conformer aux politiques et règles en vigueur.

Informations complémentaires

Les dates de disponibilité seront **du 6 au 10 juin 2018 inclusivement**. Une journée de formation préalable sera également effectuée durant les préparatifs menant au Sommet du G7. La **journée de formation** devrait avoir lieu **au début du mois de mai** et les coordonnées de la journée de formation seront communiquées au cours des prochaines semaines.

Durant la période du Sommet du G7 (7-8-9 juin 2018), l'horaire de travail sera sur un horaire de 12 heures. Santé Canada veillera aux besoins en hébergement et aux besoins alimentaires du personnel.

Le personnel devra demeurer sur le site pour la durée de l'événement. Santé Canada assumera directement l'organisation et les coûts reliés à l'hébergement et aux repas.

Les professionnels de la santé doivent accepter d'être placés deux par deux (même sexe) dans les accommodations fournies.

Exigences de l'assignation

- Posséder au moins **cinq (5) ans d'expérience clinique en milieu hospitalier**, soit dans un service d'urgence ou une unité de soins intensifs.
- Posséder un certificat en soins de base, en technique spécialisée de réanimation cardiorespiratoire, avec études supérieures en soins infirmiers intensifs, de préférence.
- Avoir suivi une formation en décontamination (CBRNE).

Nous invitons les gens intéressés à **transmettre leur curriculum vitae à la DRHCAJ d'ici vendredi, le 2 mars 2018**. Vous pourrez remettre votre CV papier à la réception de la DRHCAJ ou le faire parvenir par courriel à l'adresse suivante : iucpq.drh@ssss.gouv.qc.ca, en spécifiant dans l'objet « **Candidature G7** ».

Si vous êtes médecin, technologue en radio-diagnostic, pharmacien ou inhalothérapeute et que vous êtes intéressé à poser votre candidature, veuillez contacter votre chef de service qui pourra vous remettre la documentation pertinente et la marche à suivre.

Pour toutes questions, veuillez contacter **Amélie Cantin**, conseillère en ressources humaines, à la DRHCAJ.

Nous vous remercions à l'avance de votre contribution dans l'actualisation de cet important événement international.

**LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES,
DES COMMUNICATIONS ET DES AFFAIRES JURIDIQUES**



L'INSTITUT RECRUTE!

La DRHCAJ vous informe...

Depuis le 1^{er} avril 2017, l'Institut a accueilli 95 nouvelles CEPI ou infirmières. De ce nombre, 18 personnes étaient déjà à l'interne, mais ont changé de titre d'emploi. Soixante-dix-sept (77) personnes ont quant à elles quitté l'Institut pour diverses raisons.

Pour les entrées des mois de mars, mai et juin, l'Institut a déjà confirmé l'embauche de plus de 35 personnes, soit CEPI ou infirmières, qui seront formées dans différents départements. Ce nombre est d'ailleurs en constante évolution puisque le recrutement se fait de manière continue.

Par ailleurs, des externes en soins infirmiers débiteront le 4 juin prochain afin d'offrir un soutien aux équipes. Ces externes constituent la relève puisqu'à l'été 2019, ils feront partie de nos nouveaux CEPI. Certains garderont aussi des disponibilités comme préposés aux bénéficiaires dans le courant de l'année.

Finalement, des infirmières cliniciennes françaises avec de l'expérience dans les soins intensifs s'intégreront aux équipes au cours du mois de septembre prochain. Étant donné leur expérience pertinente, elles pourront rapidement donner un coup de main aux équipes à la suite de leur stage d'adaptation.

Suivez nos prochaines chroniques pour de nouvelles informations.

**LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES,
DES COMMUNICATIONS ET DES AFFAIRES JURIDIQUES**



BABILLARD

CHANGEMENT D'HEURE – PASSAGE À L'HEURE AVANCÉE (OU HEURE D'ÉTÉ)

Veuillez prendre note qu'il y aura changement d'heure **dans la nuit de samedi à dimanche**, soit **du 10 au 11 mars**.

À 2 heures du matin, le 11 mars 2017, on avance l'heure. Ainsi, à 2 heures, il sera **3 heures**, heure avancée de l'Est.

Les personnes salariées travaillant sur le **quart de soir, le samedi 10 mars**, ne subiront aucun changement.

Les personnes salariées travaillant sur le **quart de nuit, le dimanche 11 mars**, se présenteront à l'heure habituelle. Comme le changement à l'heure avancée s'effectue à 2 heures, celles-ci travailleront donc une heure de moins, et ce, sans perte de salaire.

**LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES,
DES COMMUNICATIONS ET DES AFFAIRES JURIDIQUES**



NOUVELLE SIGNALISATION POUR BIEN ORIENTER LA CLIENTÈLE



Depuis 2017, l'Institut a instauré une nouvelle signalisation dans le but de faciliter les déplacements à l'intérieur de ses murs.

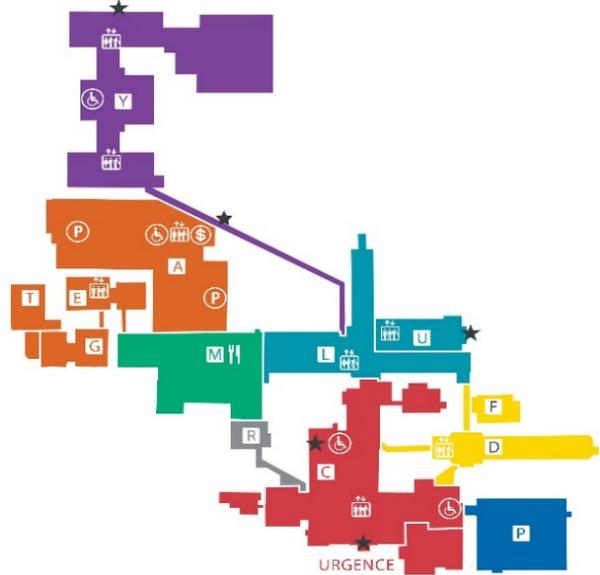
Voici la **première de trois capsules explicatives** des *bonnes pratiques à adopter* pour aider la clientèle à s'orienter adéquatement.

Dorénavant :

- chaque **pavillon** est identifié par une seule **lettre** et par une **couleur** qui lui est **spécifique**. La lettre et sa couleur sont utilisées pour identifier les **secteurs** appartenant à chaque pavillon.
- Chaque **local** est identifié par une **lettre** suivie de **quatre chiffres** : la lettre détermine le **pavillon**, et le premier des quatre chiffres correspond à **l'étage**, le tout orné de la **couleur spécifique** au pavillon concerné.

Exemple : L2502 : pavillon L, 2^e étage, porte 502

L2502



Pour en savoir davantage, veuillez visionner la **vidéo explicative** disponible sur le site intranet dans la section « [Accueil](#) > [Soutien administratif](#) > [Immobiliers](#) > [Plan d'établissement](#) ».

<http://intranet.ss.hlaval.req03.rtss.qc.ca/soutien-administratif/immobiliers/plan-detablissement>

**LA DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES,
DES COMMUNICATIONS ET DES AFFAIRES JURIDIQUES**





UN SIÈCLE DE PASSION ET D'INNOVATIONS!

ACTIVITÉ DU CENTENAIRE : TIRAGE FORD!



PARTICIPEZ AU TIRAGE « ROULEZ FORD FRAIS »

GAGNEZ UNE LOCATION DE 24 MOIS D'UNE FORD EDGE SEL 2018
 Valeur approximative 20 000 \$
 GRAND TIRAGE : 15 DÉCEMBRE 2018

20 \$ le billet

DATES DES TIRAGES EN 2018

| Lot | Date | Lieu |
|-----|------|------|
| 1 | 15 | 15 |
| 2 | 15 | 15 |
| 3 | 15 | 15 |
| 4 | 15 | 15 |
| 5 | 15 | 15 |
| 6 | 15 | 15 |
| 7 | 15 | 15 |
| 8 | 15 | 15 |
| 9 | 15 | 15 |
| 10 | 15 | 15 |
| 11 | 15 | 15 |
| 12 | 15 | 15 |

L'ANGE-GARDIEN FORD



A eu lieu le mercredi 28 février, à midi, à la cafétéria, en présence de Joël Clément, président du comité organisateur des fêtes du centenaire, accompagné de Chantal Boutin-Gauvin et de Josée Beaudet, membres du même comité, le tout premier tirage d'une série de 12.

LES GAGNANTS SONT :

| | |
|--|--|
| Soins esthétiques pour automobile d'une valeur de 250 \$ | Finalistes pour la location d'une Ford EDGE SEL 2018, d'une durée de 2 ans |
| M ^{me} Myriam Pelchat, DRHCAJ | M ^{me} Nathalie Poulin, 3 ^e SI PC |
| M ^{me} Johanne Dubé, DRHCAJ | M ^{me} Isabelle Cloutier, pharmacienne |

POINTS DE VENTE

La Boutique « La Coccinelle », le PPMC, la DRHCAJ et la Fondation.

DATE DES PROCHAINS TIRAGES

| À midi le | Prix | Valeur |
|-----------------|-----------------------------------|--------|
| 28 février 2018 | Soins esthétiques | 250 \$ |
| | 1 ^{er} gagnant finaliste | - |
| 28 février 2018 | Soins esthétiques | 250 \$ |
| | 2 ^e gagnant finaliste | - |
| 28 mars 2018 | Soins esthétiques | 250 \$ |
| | 3 ^e gagnant finaliste | - |
| 25 avril 2018 | Soins esthétiques | 250 \$ |
| | 4 ^e gagnant finaliste | - |
| 30 mai 2018 | Soins esthétiques | 250 \$ |
| | 5 ^e gagnant finaliste | - |
| 27 juin 2018 | Soins esthétiques | 250 \$ |
| | 6 ^e gagnant finaliste | - |
| 25 juillet 2018 | Soins esthétiques | 250 \$ |
| | 7 ^e gagnant finaliste | - |

| À midi le | Prix | Valeur |
|---------------|---|-----------|
| 29 août 2018 | Soins esthétiques | 250 \$ |
| | 8 ^e gagnant finaliste | - |
| 26 sept. 2018 | Soins esthétiques | 250 \$ |
| | 9 ^e gagnant finaliste | - |
| 31 oct. 2018 | Soins esthétiques | 250 \$ |
| | 10 ^e gagnant finaliste | - |
| 28 nov. 2018 | Soins esthétiques | 250 \$ |
| | 11 ^e gagnant finaliste | - |
| 13 déc. 2018 | Soins esthétiques | 250 \$ |
| | 12 ^e gagnant finaliste | - |
| | Tirage d'une location (24 mois) Ford Edge SEL 2018 parmi les 12 gagnants finalistes | |
| | Valeur approximative | 20 000 \$ |
| | Valeur totale approximative | 25 000 \$ |

Félicitations!

Merci de votre participation.

LE COMITÉ ORGANISATEUR DES FÊTES DU CENTENAIRE



UN SIÈCLE DE PASSION ET D'INNOVATIONS!

ACTIVITÉ DU CENTENAIRE : SONDAGE ÉCLAIR!

Suite au succès du banquet, nous souhaitons votre opinion concernant une activité festive. Votre opinion est importante. Une minute suffit pour compléter un bref sondage : <https://fr.surveymonkey.com/r/HJS5TTD>

Merci de votre participation.

LE COMITÉ ORGANISATEUR DES FÊTES DU CENTENAIRE



JE ME PROCURE UN OBJET PROMOTIONNEL DU CENTENAIRE!



DATE
Vendredi 2 février 2018 – 7 h 30 à 11 h 30
ENDROIT
Cafétéria

Pour les personnes ayant commandé des vêtements en novembre dernier, vous pourrez récupérer votre achat le vendredi 2 février 2018, entre 7 h 30 et 11 h 30 à la cafétéria.

PRIX (taxes incluses)

- Bouteille d'eau 14 \$
- Tasse 14 oz sans poignée 17 \$
- Stylo gris 4 \$
- Tasse en céramique 14 oz avec poignée 10 \$

L'équipe de *Coop Zone* sera sur place avec des échantillons des produits offerts, tous à l'effigie du centenaire. Vous pourrez essayer et choisir des vêtements adaptés à vos goûts et à votre taille parmi la sélection disponible (T-shirt pour femmes et hommes à manches courtes ainsi qu'à manches longues, manteau *soft shell*).

MODES DE PAIEMENT ACCEPTÉS

- Argent comptant
- Carte de débit
- Carte de crédit

Vous pouvez également commander en ligne : www.formulaires.zone.coop/?page_id=2585

LE COMITÉ ORGANISATEUR DES FÊTES DU CENTENAIRE





UN SIÈCLE DE PASSION ET D'INNOVATIONS!



CHRONIQUES HISTORIQUES

Pour consulter la **section Historique** du site Internet :
<http://iucpq.qc.ca/fr/institut/qui-sommes-nous/historique>

LE COMITÉ ORGANISATEUR DES FÊTES DU CENTENAIRE



PRÉSENCE DE L'INSTITUT SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

Page Facebook officielle de l'Institut :

<https://www.facebook.com/IUCPQ.UL>

Groupe Facebook officiel de l'Institut :

<https://www.facebook.com/groups/12145475431/>

Chaîne YouTube de l'Institut :

<https://www.youtube.com/IUCPQ>

Twitter de l'Institut @IUCPQ

<https://twitter.com/IUCPQ>

Page LinkedIn de l'Institut :

<https://www.linkedin.com/company/iucpq>

Page Facebook de la Fondation IUCPQ :

<https://www.facebook.com/FondationIUCPQ/>



INSTITUT UNIVERSITAIRE
DE CARDIOLOGIE
ET DE PNEUMOLOGIE
DE QUÉBEC

AFFILIÉ À  UNIVERSITÉ
LAVAL

Communications et relations publiques,
En collaboration avec l'ensemble des directions de l'Institut et la Fondation



Suivez-nous sur Twitter @IUCPQ