

# L'Express de L'INSTITUT

Édition du 23 janvier 2019

<b>Présence de l'Institut sur les réseaux sociaux</b> .....	1
<b>ÉVÉNEMENTS</b> .....	2
<b>Activité de clôture du centenaire</b> .....	2
VENTE DE BILLETS : DERNIÈRE CHANCE! .....	2
<b>Semaine pour un Québec sans tabac</b> .....	2
<b>Bien vivre demain, ça se planifie aujourd'hui</b> .....	3
<b>BABILLARD</b> .....	5
<b>Campagne CNSST</b> .....	5
IMPORTANTES MODIFICATIONS APPORTÉES À LA LOI SUR LES NORMES DU TRAVAIL (LNT) .....	5
9 <sup>e</sup> DÉFI ENTREPRISES.....	5
PÉRIODE D'INSCRIPTION / RABAIS AVANT LE 8 AVRIL 2019 .....	5
<b>Gestion des stationnements et des clés à l'Institut</b> .....	7
<b>FONDATION</b> .....	8
<b>Pentathlon 2019</b> .....	8
VOTRE ACCESSOIRE DE SPORT EST ARRIVÉ!.....	8
<b>Les Chevaliers de Colomb à l'Institut</b> .....	8
<b>10<sup>e</sup> édition du Cyclo-Défi IUCPQ</b> .....	9
LIQUIDATION DES MAILLOTS 2018.....	9

## Présence de l'Institut sur les réseaux sociaux



Page officielle



Groupe officiel



@IUCPQ



Fondation IUCPQ

## ÉVÉNEMENTS

### Activité de clôture du centenaire

#### Vente de billets : dernière chance!

L'activité se tiendra le vendredi 25 janvier 2019, de 19 h à 1 h, à l'Université Laval au pavillon Alphonse-Desjardins. La soirée prendra la forme d'une soirée dansante avec DJ Marthy et le groupe « Les Barnicks ». Nombreux prix de présence et surprises! Stationnement inclus.

Vous pouvez vous procurer des billets pour vous, votre conjoint(e) ou ami(e), au coût de 20 \$ auprès des vendeurs suivants en leur téléphonant à l'avance :

- Valérie Boudreau, poste 3966
- Chantal Boutin-Gauvin, poste 4899
- Clément Létourneau, poste 2100
- Marie-Josée Isabel, poste 5368
- Joël Clément, poste 4932
- Philippe Larue, poste 3695



**SOIRÉE DE CLÔTURE DES FÊTES DU CENTENAIRE**

100  
1918-2018

Nombreux prix de présence et surprises  
Stationnement inclus

**Soirée dansante avec DJ Marthy**

Vendredi 25 janvier 2019 de 19 h à 1 h AM  
À l'Université Laval, Pavillon Alphonse Desjardins  
Billet à 20 \$

### LE COMITÉ ORGANISATEUR DES FÊTES DU CENTENAIRE



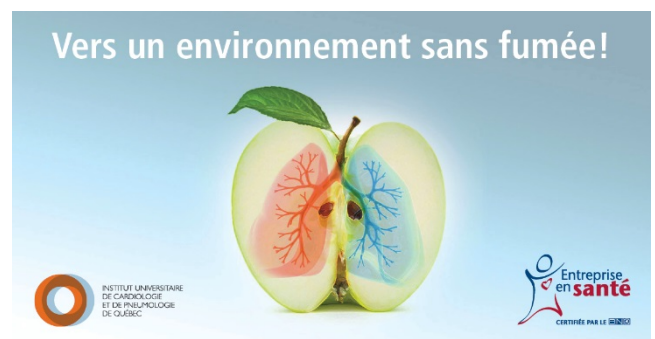
### Semaine pour un Québec sans tabac

#### À l'Institut, où en sommes-nous ?

À l'occasion de la Semaine pour un Québec sans tabac, nous présentons les résultats à la suite de l'entrée en vigueur, le 20 juin dernier, de la *Politique de lutte contre le tabagisme visant la création d'un environnement sans fumée*.

#### Une minorité de nos usagers sortent à l'extérieur pour fumer

Depuis l'entrée en vigueur de la nouvelle politique, 417 billets de courtoisie ont été émis par nos agents de sécurité. De ce nombre, seulement 9 usagers (2 %) étaient concernés. Les autres avis ont été émis à des employés (29 %) et à des visiteurs (69 %). Pour rappel, il est interdit de fumer du tabac ou de vapoter sur les terrains de l'établissement, sauf dans les zones prévues à cet effet. Cependant, il est interdit de fumer le cannabis, même dans les zones désignées temporaires où il est autorisé de fumer ou vapoter du tabac, uniquement.



Vers un environnement sans fumée!

INSTITUT UNIVERSITAIRE DE CARDIOLOGIE ET DE PNEUMOLOGIE DE QUÉBEC

Entreprise en santé  
CERTIFIÉE PAR LE HONOR

## Application de nos bonnes pratiques

Une formation intitulée « intervention minimale en cessation tabagique » est disponible sur la [plateforme de formation virtuelle](#). Jusqu'à maintenant, 157 personnes l'ont suivi avec succès. Il est toujours possible de la suivre (durée 1 h). De plus, les formulaires Traitement du sevrage (DT11371) et Suivi après l'hospitalisation (DT5831) ont été élaborés pour contribuer à l'atteinte de ces bonnes pratiques. Vous êtes fortement encouragés à les utiliser dès qu'une situation le demande.

Au cours des 6 derniers mois, environ 19 % de nos usagers avec un diagnostic de tabagisme se sont vus offrir une aide pharmacologique grâce notre ordonnance pré imprimée pour le traitement des symptômes de sevrage associé à l'arrêt de la consommation de nicotine. Bien entendu, la cible n'est pas de traiter 100 % des usagers par une médication. Toutefois, comme nos usagers souffrent pour la plupart d'une dépendance physique sévère à la nicotine (fument généralement plus de 20 cigarettes/j dont la première moins de 30 minutes après l'éveil), il est probable que la situation actuelle puisse être améliorée.

Pour la référence systématique, 18 % des personnes identifiés avec un statut tabagique positif ont obtenus l'organisation d'un suivi après l'hospitalisation, en collaboration avec l'infirmière. Pour cet aspect, la cible est d'atteindre 100 %. On recommande que les médecins demande ce suivi en notant « Inscire au centre d'abandon du tabac / ligne j'Arrête via le formulaire DT 5842 » dans la section « ordonnance médicale ».

## GROUPE DE TRAVAIL POUR UN ENVIRONNEMENT SANS FUMÉE



Dîner-conférence

## Bien vivre demain, ça se planifie aujourd'hui

La Direction des ressources humaines, des communications et des affaires juridiques, en collaboration avec La Capitale services-conseils, mutuelle vouée prioritairement aux employés des secteurs publics et parapublics du Québec, vous offre diverses séances d'information **sans frais** sur plusieurs thématiques.

### Thème: RREGOP et RRPE (60 minutes)

#### Sujets traités

- Vos sources de revenus à la retraite
- Loi 97 et 126 : modifications au 1<sup>er</sup> juillet 2019
- L'admissibilité à la rente
- Calcul de la rente de base
- L'indexation de la rente
- Le rachat de service

### Thème: Cote de crédit (60 minutes)

#### Sujets traités

- Ce qu'est un dossier de crédit
- Comment un dossier de crédit est évalué?
- Éviter les pièges qui pourraient influencer sur votre dossier de crédit
- Comment améliorer votre cote de crédit?
- Outils de planification

## Thème: 10 stratégies pour réussir sa vie financière (60 minutes)

### Sujets traités

- Comment réaliser vos projets et atteindre vos objectifs?
- Protéger son plan et faire le suivi
- Comment réduire ses dettes de façon stratégique?
- Comment protéger vos dettes à moindre coût?
- Connaître votre taux marginal d'impôt
- Les régimes d'épargne: REER ou CELI?
- Comment vraiment diversifier votre portefeuille?

### Calendrier des activités

Cliquez sur le lien correspondant à votre choix pour vous inscrire

LIEU	DATE	SUJET	HEURE	SALLE	INSCRIPTION
IUCPQ	2019-02-13	Cote de crédit	11 h 45 à 12 h 45	Y3340	<a href="#">Cliquez ici</a>
IUCPQ	2019-03-19	10 Stratégies	11 h 45 à 12 h 45	Y3330	<a href="#">Cliquez ici</a>
IUCPQ	2019-04-24	RREGOP et RRPE	11 h 45 à 12 h 45	Y3340	<a href="#">Cliquez ici</a>

### Critères de sélection

Si le nombre de demandes est plus élevé que le nombre de places disponibles, nous appliquerons la règle du premier arrivé, premier servi. À noter que cette formation se prend en dehors des heures de travail. Aucune libération ou rémunération ne sera accordée pour y assister. Si vous ne pouvez pas vous présenter, veuillez nous en aviser le plus rapidement possible. Nous pourrions ainsi inscrire une personne de la liste d'attente.

### Questions et commentaires

Pour de plus amples renseignements concernant cette session de formation, veuillez communiquer avec votre conseiller en sécurité financière partenaire de La Capitale.

**PIERRE-OLIVIER HOUDE**  
**P-O.HOUE@LACAPITALE.COM**  
**418-956-2322**

[Retour Table des matières](#)

## BABILLARD

### Campagne CNSST

#### Importantes modifications apportées à la Loi sur les normes du travail (LNT)

##### L'IUCPQ-UL conforme aux nouvelles conditions de travail

En 2018, l'Assemblée nationale a adopté le projet de Loi n° 176 visant à modifier la Loi sur les normes du travail en vue, notamment:

- de favoriser la conciliation travail-famille-études (bonification de certains congés);
- d'adapter la loi sur les normes aux nouvelles réalités du marché du travail.



Considérant qu'ici à l'IUCPQ-UL nous offrons des conditions de travail dans un contexte conventionné, sachez que plusieurs modifications apportées à vos droits sont déjà soit couvertes et/ou prévues dans vos conventions collectives. La plupart des conditions de travail étant ainsi soit équivalentes ou supérieures à ce qui est prévu à la nouvelle loi, peu d'impact nous vise à titre d'employeur.

Nous souhaitons simplement vous informer que nous avons procédé à l'analyse de ces nouvelles conventions et que nous respectons actuellement ces nouvelles modifications.

Pour tout questionnement ou pour en savoir plus, vous pouvez consulter directement le site internet de la CNESST en cliquant sur le lien suivant:

<https://www.cnesst.gouv.qc.ca/salle-de-presse/campagnes/normes/Pages/campagne-normes.aspx>

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



### 9<sup>e</sup> Défi Entreprises

#### Période d'inscription / Rabais avant le 8 avril 2019

Nous vous invitons à vous inscrire au Défi Entreprises 2019 qui consiste en un programme d'activité physique simple et efficace, conçu pour aider les employés d'entreprises à devenir plus actifs.



Cette année, l'activité se tiendra le dimanche **9 juin 2019 à compter de 7 h, au Parc de la Pointe-aux-Lièvres (Parcours le long de la rivière St-Charles).**

Les participants devront se fixer un défi personnel pour lequel ils devront se préparer avant l'événement dans le but de compléter l'une des quatre épreuves suivantes :

- 5 km ou 10 km à la marche ou à la course, Cardio Fit ou 1 heure de Zumba.

Comme par les années passées, l'objectif de l'Institut est de rassembler le plus grand nombre d'employés lors de cet événement pour démontrer notre préoccupation à l'égard de la santé et du

mieux-être. Nous nous devons de prôner ce pour quoi nous travaillons à chaque jour, soit sensibiliser nos patients à l'importance de rester mobilisé et actif.

## Inscription

Le comité santé et mieux-être (CSME) de l'Institut offre aux membres du personnel la chance de participer à cette activité en offrant un **rabais de 50 %** par inscription aux 100 premières personnes inscrites à l'événement (le rabais s'appliquera directement lors de votre inscription en ligne). Vous avez **jusqu'au lundi 8 avril 2019** pour vous inscrire et ainsi être éligibles à ce rabais. Le coût de l'inscription est de 25,50 \$ (après rabais) et inclut :

- 12 entraînements gratuits offerts en collaboration avec Cardio Plein Air ainsi que des stages d'initiation à la course à pied;
- 7 niveaux de plan d'entraînement;
- un t-shirt de type « Dry-Fit » remis lors de l'événement;
- une médaille pour les participants qui terminent leur Défi et un goûter santé d'après-course;
- un chronométrage par puce électronique.

Pour vous inscrire ou pour de plus amples informations, veuillez consulter la page du Défi Entreprises (Québec) : <https://defientreprises.com/quebec>

Pour information supplémentaire sur le Défi Entreprises, veuillez communiquer avec Amédée Martel, au poste 3846 ou par courriel : [amedee.martel@ssss.gouv.qc.ca](mailto:amedee.martel@ssss.gouv.qc.ca).

Nous souhaitons bon entraînement à tous ceux et celles qui participeront à cet événement.

## VOTRE COMITÉ SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE



## INFO-TIN-E (ÉCLOSION)

Unité de soins	Agent pathogène	Date du début	Nombre de cas	Date De fin	Tendance
3 <sup>e</sup> C	Influenza	2019-01-18	2		↑
4 <sup>e</sup> C	Influenza	2019-01-14	7		↑
6 <sup>e</sup> C	Influenza	2018-12-31	3	2019-01-18	S. O.

- À la hausse :** ↑ Découverte d'un nouveau cas au cours de la semaine dernière.
- À la baisse :** ↓ Aucun cas d'acquisition nosocomiale depuis 2 semaines.
- Stable :** Aucun cas d'acquisition nosocomiale depuis 1 semaine.

## ÉQUIPE DE PCI

## Gestion des stationnements et des clés à l'Institut

Nous souhaitons vous rappeler qu'il est obligatoire de signaler tout changement relatif à votre adresse, modèle de véhicule et numéro d'immatriculation. Ces renseignements permettent de vous identifier en cas d'accrochage, de remorquage ou tout autre problématique (lumière et/ou fenêtre ouverte).

Par ailleurs, aucun transfert de clés n'est autorisé entre employés. Afin d'assurer une bonne gestion des clés, nous vous demandons de nous rapporter les clés lors d'un départ ou d'un changement de secteur d'activité. Cela doit être fait avec le Service de gestion des stationnements aux heures d'ouverture.

### **SERVICE SÉCURITÉ, TÉLÉCOMMUNICATIONS ET STATIONNEMENTS**

[Retour Table des matières](#)

## FONDATION

### Pentathlon 2019

#### Votre accessoire de sport est arrivé!

La Fondation invite tous les employés participant au Pentathlon - Défi santé et services sociaux à se procurer **l'un ou l'autre** des **accessoires de sport aux couleurs de la Fondation** créés spécialement pour l'édition 2019. **Tuque** : au coût de 20 \$

**Accessoire de sport pour le cou et la tête (Buff)** au coût de 15 \$

**\*\* OFFRE SPÉCIALE : TUQUE + BUFF AU COÛT DE 30 \$ \*\***

Pour les **participants** du Pentathlon, il est **obligatoire** de se procurer au moins l'un des deux items.

Modes de paiement acceptés : Argent comptant ou chèque

#### COMMENT SE LES PROCURER ?

Rendez-vous au bureau de la Fondation (Y-2315), entre 9 h et 16 h ou venez nous rencontrer à la cafétéria, le mercredi 30 janvier, entre 11 h 30 et 13 h.

#### LA VENTE EST OUVERTE À TOUS.

**\*\* Les quantités sont limitées. Premier arrivé, premier servi! \*\***

L'équipe de la Fondation vous souhaite la meilleure des chances le 23 février prochain!

Pour toute question, communiquez avec Catherine Lacroix, au poste 5940.



### Les Chevaliers de Colomb à l'Institut

Dans le cadre de la Campagne des œuvres charitables des Chevaliers de Colomb, vous aurez la chance de vous procurer des billets de tirage **le 30 janvier prochain à l'entrée principale et à la sortie du tunnel de l'Institut.**

**200 000 \$ en prix à gagner!** Voitures, crédits-voyage, appareils électroniques et plusieurs autres prix seront tirés le **12 avril 2019** à la fin de la campagne.

1 billet : 2 \$

3 billets : 5 \$

1 livret (6 billets) : 10 \$

☛ **60 % des profits issus de la vente de billets seront versés à la Fondation IUCPQ.**

Pour toute question, communiquez avec Laurence Lacroix, au poste 3450. Merci de votre participation!





## 10<sup>e</sup> édition du Cyclo-Défi IUCPQ



Venez pédaler avec nous le **dimanche 8 septembre** prochain dans le cadre de la **10<sup>e</sup> édition du Cyclo-Défi IUCPQ**, présentée par **Cominar** et **SSQ Assurance**.

Fort du succès de l'an dernier, les cyclistes se rassembleront à nouveau à l'usine Louis Garneau à Saint-Augustins-de-Desmaures et les quatre pelotons rouleront dans Pont-Rouge, Deschambault et Donnacona.

La période d'inscription débutera le **mercredi 30 janvier** prochain, **dès 6 h**.

### RABAIS POUR LES 25 PREMIERS EMPLOYÉS INSCRITS!

Les coûts d'inscription sont de **125 \$ par personne jusqu'au 3 juillet**. Après cette date, les coûts seront de **150 \$ par personne**. Le coût d'inscription **inclut le maillot exclusif de l'activité** (port obligatoire), **la boîte à lunch et des ravitaillements**.

Le Comité santé mieux-être (CSME) de l'Institut offre aux membres du personnel la chance de participer à cette activité sportive en offrant un **rabais de 75 \$ par inscription** pour les **25 premiers inscrits**. Ils devront compléter le formulaire de demande de remboursement "REMBOURSEMENT - FRAIS DE DÉPLACEMENT ET AUTRES DÉPENSES" de l'Institut.

Les personnes qui souhaitent participer doivent absolument s'être inscrites et avoir payé leur inscription au complet via le site Internet de l'activité au [www.cyclodefi-iucpq.com](http://www.cyclodefi-iucpq.com)



### Liquidation des maillots 2018

La Fondation sera à la cafétéria le **mercredi 30 janvier de 11 h 30 à 13 h 15**.

**Quantités et grandeurs limitées. Prix : 40 \$/maillot (valeur de 90 \$)**

**Maillot FEMME : XS (1), S (6), M (6), 2XL (1)**

**Maillot HOMME : S (1), L (2) 3XL (1)**

Profitez de l'occasion pour venir vous inscrire. Nous répondrons à vos questions. Vous pouvez également communiquer avec Catherine Lacroix, au poste 5940.

[Retour Table des matières](#)