

**ASSEMBLÉE ANNUELLE 2016**  
**DÉPARTEMENT DE MÉDECINE DE FAMILLE ET DE MÉDECINE D'URGENCE**  
**5 ET 6 MAI 2016**

**Mieux soigner et enseigner en assurant son propre équilibre**

Nous sommes tous des acteurs de la transformation du système de santé et nos pratiques professionnelles évoluent rapidement. Notre environnement organisationnel et les gens qui l'habitent sont encore bouleversés par les nouvelles fusions découlant de la loi 10. La multiplicité et la simultanéité des changements sont souvent difficiles à comprendre et à vivre. Les soignants, qu'ils soient les proches de la personne malade ou les professionnels qui l'accompagnent, peuvent en être affectés.

Acceptons-nous de considérer que nous devons prendre soin de nous pour prendre soin des autres, pour accomplir notre mission d'accompagner patients et apprenants qui comptent sur nous?

Je vous invite à venir réfléchir et célébrer ensemble lors de l'Assemblée annuelle 2016. La plénière du jeudi matin sera consacrée à ce qui peut désormais être considéré comme un déterminant significatif de la qualité des services cliniques et pédagogiques que nous donnons : le bien-être des soignants.

Jean Pelletier,  
directeur

**CAMPUS DE LAVAL**  
**1700, RUE JACQUES-TÉTREULT**  
**LAVAL (QUÉBEC) H7N 0B6**

## JEUDI 5 MAI 2016

8h00 à 16h30 Campus de Laval,  
Salon des étudiants 3211, amphithéâtre 3120 et salle 3232

8h00 Inscription et petit déjeuner

8h30 Présentation du thème et mise en contexte – Dr Jean Pelletier

8h50 Table ronde : « Mieux soigner et enseigner en assurant son propre équilibre »

10h15 Pause – Affiches à consulter!

10h45 Table ronde (suite)

12h00 Dîner

13h30 Présentation de la table des résidents

14h00 Forum des milieux et des secteurs

15h00 Pause

15h15 Suite

16h30 Échanges, discussion

16h45 Fin

17h00 Cocktail

---

---

## VENDREDI 6 MAI 2016

8h00 à 13h00, Campus de Laval, amphithéâtre 3120 et Salon des étudiants (3211);  
13h00 à 16h30, locaux 4130, 4120, 4160, 4170, 4211, 4219, 4229

8h00 Petit déjeuner

8h30 Mot des responsables

- Mot du directeur du programme d'urgence spécialisée, Dr Pierre Désaulniers
- Mot de la directrice du pré-gradué, Dre Nathalie Caire Fon
- Mot de la responsable du développement professoral, Dre Lyne Ménard
- Mot de la responsable des programmes de compétences avancées, Dre Isabelle Montplaisir
- Mot du directeur de la recherche, Dr Janusz Kaczorowski
- Mot du responsable de la collaboration internationale, Dr Éric-Viet Laperrière-Nguyen
- Mot du responsable des stages de médecine familiale en milieu rural, Dr Alain Papineau
- Mot des co-présidentes du comité sur les pratiques collaboratives et les partenariats de soins, Dre Suzanne Lebel et Mme Marie-Claude Vanier

10h15 Pause – Consultations des affiches

10h45 Mot de la Direction du programme, Dre Isabelle Tardif, Dr Hugues De Lachevrotière,  
Dre Isabelle Gosselin, Dr Alain Papineau et Dr Gilbert Sanche

11h15 Mot de la Direction du département, Dr Jean Pelletier, Dre Lise Cusson, et Dre Josiane D'Amico

11h45 Remise de prix

12h15 Dîner

13h15 Ateliers de développement professoral

14h45 Pause

15h00 Reprise des ateliers

16h30 Fin

**Nous vous donnons rendez-vous l'an prochain les 11 et 12 mai 2017, pour l'Assemblée Annuelle 2017 !**

---

---

**ATELIERS DE DÉVELOPPEMENT PROFESSORAL**

Vendredi 6 mai 2016



**Option 1**

**Liste des ateliers de 1 h 30**

Choisir 2 de ces ateliers de 1h30

**Atelier 1 : STRATÉGIES PRÉVENTIVES POUR UNE PRATIQUE MÉDICALE DURABLE**

*Animateur : Dre Sandra Roman*

*durée : 1h30*

**Objectifs pédagogiques :**

- Discuter des données de littérature sur la santé des médecins;
- Définir la résilience dans le contexte de la pratique médicale;
- Apprendre à reconnaître, chez soi comme chez nos collègues, les signes de difficulté et comment les aborder;
- Mettre en place des stratégies préventives tant sur le plan individuel qu'organisationnel.

**Atelier 2 : INITIATION À LA MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE**

*Animateur : Dr Julien Lacaille*

*durée : 1h30*

Êtes-vous très curieux à propos de la pleine conscience? Souhaitez-vous apprendre comment méditer? Vous aimeriez apprendre des stratégies efficaces pour réduire votre niveau de stress? Cet atelier vous enseignera une pratique puissante, validée scientifiquement, qui vous aidera à entretenir un esprit clair et qui vous donnera de nouvelles façons de gérer votre stress. La pleine conscience – la pratique d'une conscience ouverte et sans jugement du moment présent – est à l'esprit ce que l'exercice physique est au corps: une façon de garder l'esprit alerte, sain et fort. Dérivée d'une tradition bouddhiste, la pleine conscience est maintenant largement pratiquée dans la médecine occidentale et la psychologie moderne pour réduire le stress et l'anxiété, améliorer l'humeur et augmenter la santé générale et le bien-être. Dans cet atelier, vous aurez la chance de pratiquer des méditations guidées, d'apprendre comment incorporer la pratique de la pleine conscience dans votre quotidien, et vous pourrez obtenir des réponses à toutes vos questions. C'est une opportunité d'expérimenter vous-même la pleine conscience et de profiter de ses nombreux bienfaits.

**Objectifs pédagogiques :**

- Décrire l'histoire et la science de la pleine conscience;
- Introduire la pratique expérientielle de la méditation;
- Expliquer les applications pratiques et les bienfaits de la pleine conscience.

**Atelier 3 : CHOISIR AVEC SOIN: REVOIR L'ENSEIGNEMENT DE L'EXAMEN MEDICAL PÉRIODIQUE**

*Animateur : Dr René Wittmer, Dre Xi Sophie Zhang*

*durée : 1h30*

**Objectifs pédagogiques :**

- Se familiariser avec le concept de surdiagnostic;
- Revoir les plus récentes données en ce qui a trait à l'examen médical périodique;
- Concevoir et implanter une stratégie locale d'enseignement sur ces nouvelles recommandations.



## Option 2

## Liste des ateliers de 3 heures

Choisir 1 de ces ateliers de 3h

### Atelier 4 : **CONSTRUIRE SA RÉSILIENCE AU QUOTIDIEN: UNE APPROCHE SIMPLE ET PEU COÛTEUSE**

*Animatrice :* Mme Rachel Thibeault, ergothérapeute

*durée :* 3 heures

S'inspirant des dernières recherches en psychologie, neurosciences, cette conférence présente des stratégies simples et peu coûteuses pour cultiver la résilience au quotidien. Des histoires de cas réelles, obtenues de personnes qui ont su transformer leurs traumatismes en occasions de croissance, viennent éclairer le propos.

**Objectifs pédagogiques,** suite à la présentation, les participants sauront :

- décrire les éléments-clefs sous-jacents à la résilience psychologique et au phénomène de croissance post-traumatique;
- identifier les stratégies cognitivo-affectives propices au développement de la résilience psychologique et les relier à leurs corrélats neuronaux;
- démontrer le rôle du système glymphatique dans le développement et le maintien de la résilience;
- appliquer les stratégies de résilience associées au concept d'activité intentionnelle tel que décrit dans les travaux de Lyubomirsky;
- définir les mécanismes inhérents à une saine gestion de l'émotion.

### Atelier 5 : **ÉVALUATION GLOBALE D'UNE PERSONNE PRÉSENTANT UN TROUBLE LIÉ À L'USAGE DE SUBSTANCE.**

*Animateur :* Dr Martin Potter

*durée :* 3 heures

Dans votre pratique de médecine familiale, vous pouvez être confronté à des situations où un patient peut présenter un problème de trouble lié à l'usage (TLU) d'une substance (alcool, benzo, opiacés, etc.). La patiente peut vous en parler librement, elle peut être en déni ou encore, elle peut vous consulter pour un problème relié ou non à son TLU. Bref, vous pouvez avoir devant vous une personne ayant un TLU et pour le bien de cette personne, il vous faut savoir comment accompagner votre patient dans toutes les phases de leur TLU, du déni, à la pré-contemplation, à l'action, et ainsi de suite. Cette présentation devrait vous aider à dépister un possible TLU, adresser cette problématique à votre patient, l'accompagner à travers les phases de l'acceptation et ensuite initier un traitement de sevrage (ou référer selon les conditions du patient).

**Objectifs pédagogiques :**

- Dépister les personnes pour un possible trouble lié à l'usage (TLU) de substance;
- Savoir comment accompagner votre patient dans le processus le menant à chercher de l'aide pour son TLU de substance;
- Traiter et/ou référer votre patient qui présente un TLU substance.

**Atelier 6 : SUPERVISER DANS L'ACTION À DOMICILE ET EN CHSLD**

*Animatrices* : Dre Geneviève Dechêne, Dre Suzanne Lebel

*durée* : 3 heures

**Objectifs généraux de la formation :**

Cet atelier vise à parfaire chez les enseignants, les habiletés de supervision des résidents et des stagiaires dans deux contextes de soins, soit à domicile et en CHSLD

**Au terme de cette demi-journée de formation, le clinicien-enseignant participant pourra :**

- Adapter son enseignement aux exigences des responsabilités populationnelles en accompagnant dans l'action les apprenants et en privilégiant ainsi la supervision directe;
- Organiser sa pratique de manière à faciliter l'enseignement des soins aux personnes âgées, en collaboration étroite avec les partenaires concernés du réseau de la santé et des services sociaux ainsi qu'avec les organismes communautaires;
- Intégrer les signes AINÉES et les signes vitaux gériatriques lors de l'enseignement de l'évaluation et du suivi de toute personne âgée.

**Atelier 7 : PROGRAMME PGBP (PROGRAMME D'APPRENTISSAGE PAR PETITS GROUPES BASÉ SUR LA PRATIQUE) ATELIER POUR FACILITATEURS**

*Animatrice* : Dre Céline Gauthier

*durée* : 3 heures

** Atelier 7, d'une durée de 3 heures – 6 participants maximum**

Cet atelier s'adresse tant aux nouveaux facilitateurs du programme PGBP qu'aux facilitateurs déjà formés et désirant rafraichir leurs habiletés. En effet, la façon d'animer ces ateliers a évolué depuis leur implantation dans notre programme académique et la méthode est devenue plus flexible afin de répondre plus adéquatement aux besoins exprimés par les résidents. Autant les novices que les facilitateurs d'expérience pourront bénéficier de cette mise à jour. Un minimum de 4 participants est requis pour la tenue de cet atelier et un maximum de 6 participants est autorisé selon les normes de la FMPE.

**Objectifs pédagogiques, suite à cet atelier le participant :**

- Comprendra les principes réflexifs à la base du programme PGBP ;
- Connaitra les tâches du facilitateur ;
- Aura pratiqué l'animation d'un module PGBP ;
- Saura compléter la feuille de réflexion du groupe ;
- Sera familier avec le processus de révision de la feuille de réflexion.

## COORDONNÉES ET MOYENS DE TRANSPORT

### Adresse géographique

Campus de Laval  
1700, rue Jacques-Tétreault  
Laval (Québec) H7N 0B6

### Plan du campus de l'UdeM à Laval

- **Entrée principale:** 1700, rue Jacques-Tétreault – pas de stationnement dans cette rue
- **Entrée du stationnement payant sous l'immeuble:** par le boulevard de l'Avenir en direction Sud seulement



**Métro Montmorency** : Le campus Laval est relié par un tunnel à la station de métro.



### Terminus Montmorency

- [amt.qc.ca](http://amt.qc.ca)
- [stm.info](http://stm.info)
- [stl.laval.qc.ca](http://stl.laval.qc.ca)
- [citl.amt.qc.ca](http://citl.amt.qc.ca)
- [urbis.lesmoulins.ca](http://urbis.lesmoulins.ca)

**Formulaire d'inscription - Assemblée annuelle 2016**  
**Jeudi 5 mai et vendredi 6 mai 2016**

<b>NOM :</b>
<b>STATUT :</b> <input type="checkbox"/> Médecin
<input type="checkbox"/> Résident <input type="checkbox"/> Autre (spécifiez) :
<b>MILIEU :</b>
<b>TÉLÉPHONE :</b>
<b>COURRIEL :</b>

Jeudi 5 mai 2016	Vendredi 6 mai 2016
<b>Je serai présent(e)</b>	<b>Je serai présent(e)</b>
<input type="checkbox"/> à la session en AM	<input type="checkbox"/> à la session en AM
<input type="checkbox"/> au dîner *	<input type="checkbox"/> au dîner *
<input type="checkbox"/> à la session en PM	<input type="checkbox"/> à la session en PM
<input type="checkbox"/> au cocktail *	
<p>* Pour préserver la capacité du département à tenir cet événement, nous sommes dans l'obligation de demander aux participants de contribuer dorénavant aux frais de repas.</p> <p><b>Contribution de 40\$/jour</b> vous est demandée, et à payer uniquement par <b>chèque à l'ordre de : Université de Montréal.</b></p> <p><input type="checkbox"/> Chèque ci-joint</p> <p>Veillez, svp, retourner ce formulaire d'inscription et votre chèque à :  <b>Ourida Anki</b>            Département de médecine de famille et de médecine d'urgence  <b>Université de Montréal</b>            C.P. 6128, succursale Centre-Ville            Montréal (Québec) H3C 3J7</p>	<p><b>Option 1 - Choix de deux ateliers différents, d'une durée de 1h30 chacun :</b></p>
	<p><b>Avant la pause</b> (EN CHOISIR UN) :</p>
	<input type="checkbox"/> Atelier 1 : Stratégies préventives pour une pratique médicale durable
	<input type="checkbox"/> Atelier 2 : Initiation à la méditation pleine conscience
	<input type="checkbox"/> Atelier 3 : Choisir avec soin : Revoir l'enseignement de l'examen médical périodique
	<p><b>Après la pause</b> (EN CHOISIR UN DIFFÉRENT D'AVANT LA PAUSE) :</p>
	<input type="checkbox"/> Atelier 1 : Stratégies préventives pour une pratique médicale durable
	<input type="checkbox"/> Atelier 2 : Initiation à la méditation pleine conscience
	<input type="checkbox"/> Atelier 3 : Choisir avec soin : Revoir l'enseignement de l'examen médical périodique
	<p><b>Option 2 - Choix d'un seul atelier, d'une durée de 3h :</b></p>
<input type="checkbox"/> Atelier 4 : Construire sa résilience au quotidien : une approche simple et peu coûteuse	
<input type="checkbox"/> Atelier 5 : Évaluation globale d'une personne présentant un trouble lié à l'usage de substance	
<input type="checkbox"/> Atelier 6 : Supervision dans l'action à domicile et en CHSLD	
<input type="checkbox"/> Atelier 7 : Programme PGBP (pour facilitateurs seulement)	
	<p> <b>6 participants maximum</b></p>

Contact : **Madame Ourida Anki**

[ourida.anki@umontreal.ca](mailto:ourida.anki@umontreal.ca) / Téléphone : 514-343-6497 / Télécopieur : 514 343-2258