



Webinaire

Bien-être et résilience

Le 1er février 2023 | 16:00

INVITATION

La santé de nos membres nous tient à cœur. Le comité de DPC a organisé cette activité suite à la publication d'un article sur l'épuisement professionnel en pathologie au Canada, phénomène qui toucherait un peu plus que la moitié des pathologistes canadiens.

Le sondage a été mené par Dre Julia Keith, neuropathologiste au Sunnybrook Health Sciences Center à Toronto. Nous avons invité Dre Keith à présenter les résultats de son étude au cours de cette séance. Elle nous présentera d'ailleurs quelques stratégies qu'elle a mises en place dans le laboratoire de pathologie de son institution. À noter que cette première partie sera en anglais mais que vous pourrez poser vos questions en français ou en anglais, le modérateur assurera la traduction au besoin.

En seconde partie, madame Rachel Thibeault, Ph. D., spécialiste en résilience psychologique, réadaptation à base communautaire et soutien entre pairs, plus spécifiquement dans les contextes de crise, nous fournira des outils pratiques pour faire face aux épreuves que nous vivons au quotidien.

Ce congrès s'adresse à tous les membres de l'Association des pathologistes du Québec et tous les résidents en pathologie.

Nous souhaitons que ces présentations auront un impact significatif sur votre qualité de vie !

Le Comité de DPC de l'APQ

Les docteurs Perrine Garde-Granger,
Jean-François Dermine, Fadi Brimo,
Victor Brochu, Sarah-Jeanne Pilon et
Kaoutar Ennour-Idrissi, avec la collaboration de docteure Badia Issa-Chergui

CONFÉRENCIÈRES

Dr Julia Keith
MD, FRCPC



Neuropathologiste
Sunnybrook Health Sciences Center

Mme Rachel Thibeault
Ph. D.



Docteure en psychologie,
ergothérapeute et récipiendaire
de l'Ordre du Canada

INSCRIPTION

Veillez compléter le formulaire en ligne en cliquant sur ce lien : <https://fr.surveymonkey.com/r/APQResilience2023>

Votre inscription devra nous parvenir avant le **27 janvier 2023**. Au-delà de cette date, des **frais de gestion de 100\$ pour les membres** de l'APQ et de **50\$ pour les résidents** en pathologie seront applicables.

Il est important de communiquer avec l'APQ si vous ne recevez pas de confirmation validant votre inscription.

Les informations de connexion vous seront transmises le **30 janvier 2023**.

L'Association des pathologistes du Québec, via la cotisation de ses membres, a contribué financièrement à la tenue de cette activité.

FRAIS D'INSCRIPTION	Avant le 27 janvier	À compter du 28 janvier
Membres APQ	Gratuit	100 \$
Résidents(es) en pathologie	Gratuit	50 \$
Médecins hors spécialité	150 \$	150 \$
Techniciens(nes)	100 \$	100 \$
Infirmiers(ères)	100 \$	100 \$
Résidents(es) hors programme	75 \$	75 \$
Stagiaires	75 \$	75 \$
Autres	150 \$	150 \$

À NOTER : Les frais (non-remboursables) sont payables à l'inscription par virement automatique à l'adresse asso02djoncas@fmsq.org.



PROGRAMME

16:00—17:00 Julia Keith, M.D.

Période de questions : 16:45-17:00

L'épuisement professionnel en pathologie au Canada : recherche de mutations exploitables

Au terme de cette session, chaque participant sera en mesure de :

- Décrire le phénomène de l'épuisement professionnel des médecins, y compris ses caractéristiques et sa prévalence chez les pathologistes canadiens.
- Identifier les implications potentielles de l'épuisement professionnel des médecins sur les médecins eux-mêmes et la qualité des soins qu'ils fournissent aux patients.
- Identifier les causes de l'épuisement professionnel des pathologistes canadiens et les stratégies d'atténuation potentielles correspondantes pour justifier la création d'une infrastructure favorable au bien-être des médecins.

17:00—18:00 Rachel Thibeault, Ph.D.

Période de questions : 17:45-18:00

Construire sa résilience en contexte de surcharge : stratégies physiologiques, cognitives et systémiques

Au terme de cette session, chaque participant sera en mesure de :

- Identifier des stratégies d'ordre physique pour optimiser l'activation du système glymphatique, soutenir la production d'orexine et contrer le ralentissement métabolique.
- Identifier des stratégies cognitives et ancrées dans les perspectives de sens afin de mieux composer individuellement avec la surcharge.
- Identifier des stratégies relationnelles afin de mieux composer collectivement avec la surcharge.

DÉCLARATION CONFLITS D'INTÉRÊTS

Dre Julia Keith n'a aucun conflit d'intérêts à déclarer.

Madame Rachel Thibeault déclare avoir au cours des deux dernières années, une affiliation ou des intérêts financiers ou intérêts de tout ordre avec le Programme d'aide aux médecins du Québec (PAMQ).

PRÉPARATION À L'ACTIVITÉ

En préparation à cette activité, nous sollicitons votre collaboration pour répondre à un court sondage afin de mesurer votre taux de satisfaction sur votre carrière, votre conciliation travail-famille, votre bien-être et santé (ayant un impact direct dans la qualité des soins à vos patients) et vos stratégies personnelles pour améliorer votre mieux-être au besoin.

Lien vers le sondage (ouvert jusqu'au 6 janvier 2023) :

<https://fr.surveymonkey.com/r/sondage-webinaire-resilience>

Cet exercice préparatoire se veut un outil de réflexion uniquement et n'a pas comme objectif de faire l'évaluation du bien-être des répondants.

Merci de prendre quelques minutes de votre temps pour y répondre 🌸

ACCREDITATION

La présente activité est une activité de formation collective agréée (section 1) au sens que lui donne le programme de Maintien du certificat (MDC) du Collège royal des médecins et chirurgiens du Canada ainsi qu'une activité de développement professionnel reconnue (catégorie A) au sens que lui donne le Collège des médecins du Québec. Cette activité a été approuvée par la direction de Développement professionnel continu de la Fédération des médecins spécialistes du Québec.

Vous pouvez déclarer un **maximum de 2 heures en section 1** / activité de développement professionnel reconnue (catégorie A). Les participants doivent réclamer un nombre d'heures conforme à la durée de leur participation.

MISSION DU COMITÉ DE DPC

La mission du comité de développement professionnel continu de l'Association des pathologistes du Québec est de fournir au pathologiste québécois des outils d'information et de formation afin de maintenir et de perfectionner ses connaissances et compétences lui permettant de demeurer à l'avant-garde des tendances dans son champ d'expertise dans l'ultime but d'offrir à la population québécoise les plus hauts standards de qualité en ce qui a trait à la pratique de la pathologie anatomique diagnostique.

Pour de plus amples renseignements communiquez avec

ASSOCIATION
DES PATHOLOGISTES
DU QUÉBEC



Danielle Joncas, directrice
asso02djoncas@fmsq.org
Tél. : 514 350-5102
Télé. : 514 350-5152
www.apq.qc.ca

Vous êtes médecin, résident ou étudiant en médecine? Vous cherchez de l'aide pour traverser une situation difficile? **Le programme d'aide aux médecins du Québec (PAMQ) est là pour vous.** Besoin d'aide? 1 800 387-4166 ou 514 397-0888 | <https://www.pamq.org/>