



ÉDITION NOVEMBRE
BIENTÔT LA SAISON DE SKI

► MOT DU PRÉSIDENT



Cher.e.s collègues,

Voilà maintenant trois mois que l'année scolaire 2018 a débuté et j'espère que vous avez réussi à vous adapter à la vie trépidante d'étudiant.e en médecine. Le mois de novembre peut sembler moins stimulant que les derniers mois avec l'hiver à nos portes et les journées qui sont de plus en plus sombre.

Cependant, il faut se souvenir que pour nos externes seniors il s'agit des derniers préparatifs avant l'application CaRMS. La FMEQ est derrière vous dans votre dernier droit vers la résidence, nous tenons à féliciter chacun d'entre vous de votre parcours en médecine et nous vous souhaitons ce qu'il y a de mieux pour la prochaine étape.

De notre côté, la FMEQ continue de défendre les enjeux chers aux étudiants. Au cours du dernier mois nous avons entre autre milité pour que les craintes des étudiants face au nouveau mouvement de limitation des stages à option à 8 semaines dans une discipline d'entrée à la résidence soient entendus. Nous sommes en discussion constante avec l'AFMC et CFMS pour s'assurer que personne ne soit pénalisé par cette nouvelle mesure. Beaucoup de nos points ont été entendus par les facultés de médecine et nous avons bon espoir que la politique soit implanté de façon avantageuse pour les étudiant.e.s.

Une nouveauté pour la FMEQ cette année nous sommes désormais membre votant du Comité Consultatif Régional au sein du Collège Royal des Médecins et Chirurgiens. Ce comité s'attarde entre autre à la formation des résidents et sur l'arrimage entre la transition de la résidence à la pratique. Lors de la dernière rencontre, nous avons abordé l'implantation des Activités Professionnelles Confiables et des Compétences Par Conception. Nous avons apporté le point qu'il était important que les acteurs clés soient mieux informer sur les modalités d'évaluation qui est une des lacunes actuelles de ce modèle.

À surveiller dans les prochains mois pour la FMEQ :

- Journée Bien-Être des Externes en pleine organisation
- La rédaction du mémoire informatif sur la rémunération des médecins
- La sélection des candidats pour la journée d'action politique
- Promotion et valorisation de la médecine de famille auprès des diverses instances

L'ensemble du conseil exécutif vous souhaite un bon mois de novembre!

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Patrice Levasseur-Fortin'.

Patrice Levasseur-Fortin

Président

president@fmeq.ca

VOTRE ÉQUIPE 2018-2019

CONSEIL EXÉCUTIF

Président: Patrice Levasseur-Fortin (UMontréal)

Vice-président: Mathieu Groulx (ULaval)

Secrétaire général: Pierre-Olivier Tremblay (UMontréal)

Délégué aux affaires politiques: Guillaume Roy (UMontréal)

Délégué aux affaires pédagogiques: Magalie Tardif (UMontréal)

Déléguée au bien-être: Eloise Caterina Passarella (UMcgill)

Délégué aux finances et aux ressources humaines: Quoc-Viêt Pham (UMontréal)

Délégué aux services et aux partenaires: Stéphane Cormier (UMontréal)

Délégué aux affaires internes: Maxime Morin-Lavoie (UMontréal)

Déléguée aux affaires internationales : Roxanne St-Pierre Alain (USherbrooke)

Adjointe à l'exécutif: Mme Francine Auger



CONSEIL D'ADMINISTRATION

Cédrik Gignac

(USherbrooke) Charles Fournier

(USherbrooke) Francis Desmeules

(ULaval) Yasmine Nadifi (ULaval)

Nicolas Fournier (ULaval)

Cédric Lacombe (ULaval)

Raphaëlle Carignan (ULaval)

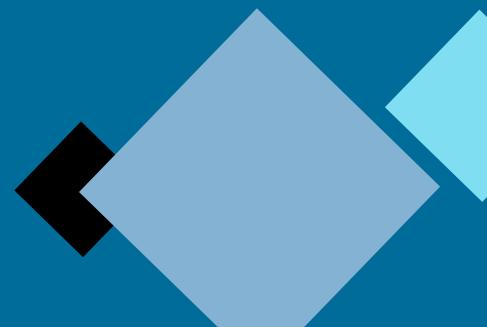
Marie-Pier Joncas (UMcgill)

MESSAGES



La FMEQ est à la recherche d'étudiants bilingues qui désirent s'impliquer dans son comité traduction. En plus d'avoir un accès privilégié aux dossiers travaillés, la FMEQ reconnaîtra votre implication par une lettre. Écris à interne@fmeq.ca si tu es intéressé!

Maxime Morin-Lavoie
Affaires internes



▶ APC ET CPC: Un changement dans le mode d'évaluation en résidence

Depuis 2017, le Collège Royal des Médecins et Chirurgiens procède graduellement à l'implantation des APC et des CPC dans tous les programmes de résidence en spécialité et ce, jusqu'en 2021. Cette révolution au sein de l'enseignement médical vise une formation plus personnalisée en fonction des besoins individuels de chaque étudiant via l'observation direct de certaines habiletés cliniques requises pour pratiquer la discipline visée.

APC : « Une **APC (activité professionnelle fiable)** est une tâche dans le milieu clinique ou de travail qui peut être déléguée par le superviseur à un résident qui aura démontré sa compétence dans le domaine à un degré suffisant. En règle générale, chaque APC intègre un certain nombre de jalons

Jalons : Un **jalon** est un marqueur observable des habiletés ou de la compétence d'une personne le long d'un continuum de développement, qui est utilisé dans la planification et l'enseignement

CPC : La **CPC (Compétence par conception)** répartit la formation des résidents en quatre étapes de développement, et présente clairement les balises pour l'enseignement et l'apprentissage à chaque étape.

Chaque étape de formation et chaque expérience d'apprentissage ciblent les résultats définis pour le niveau visé.

- Dans le contexte de la CPC, la **première étape** de la résidence est désignée par le nom de progression vers la discipline. Elle vise en priorité l'orientation et l'évaluation des nouveaux stagiaires.
- La **deuxième étape**, nommée acquisition des fondements de la discipline, traite des compétences générales que chaque stagiaire doit acquérir avant de passer à la troisième étape.
- La **troisième étape**, appelée maîtrise de la discipline, couvre des compétences avancées, spécifiques à la discipline. Dans le cadre de la CPC, le Collège royal explore la pertinence de déplacer son examen de certification à la fin de cette étape.
- La **quatrième et dernière étape** de la formation des résidents est celle de la transition vers la pratique. C'est au cours de cette étape que les stagiaires démontrent qu'ils sont prêts à passer à la pratique autonome. »

Le continuum de la compétence



Il est certain que ce changement de paradigme nécessite une période d'ajustement. Le programme d'anesthésie et d'ORL ont été les deux premiers à assister à l'implantation de telles mesures au courant de l'année 2017-2018. Dans une perspective d'amélioration continue, nos collègues de la Fédération des Médecins Résidents du Québec (FMRQ) ont procédé à diverses entrevues dirigées auprès des résident(e)s concerné(e)s afin d'obtenir une série de quinze recommandations qui ont été envoyés au Collège Royal au courant de l'année passé.

Dans son rapport, la FMRQ a interrogé un total de 26 résident(e)s dans les programmes d'ORL et d'anesthésiologie par le biais d'entrevues dirigées. Durant la collecte de données, cinq thèmes ont été abordés :

1. L'information et la formation relative au CPC avant le premier juillet 2017
2. La formation reçue et la mise en place pendant les six premiers mois de la CPC
3. Le degré de préparation des médecins superviseurs sous la CPC
4. Les évaluations - Les jalon, les APC et le comité de compétence
5. Les forces et les faiblesses de la CPC selon les résidents

Suite à ces constats, quinze recommandations furent établis pour améliorer le système actuel, il est possible de lire l'ensemble du rapport disponible dans le lien ci-dessous. Nous vous invitons à communiquer avec votre direction pour toutes questions concernant les APC et CPC.

Rapport des entretiens semi-dirigés réalisés auprès de la cohorte 2017-2018 des R1 en anesthésiologie et en ORL/Chirurgie cervico-faciale au Québec

Définitions et image tirées du site Internet : <http://www.royalcollege.ca/rcsite/documents/cbd/full-meantime-guide-f>

Patrice Levasseur-Fortin
Président
president@fmeq.ca

▶ Quelques nouvelles du Collège des médecins du Québec

En vertu du Code des professions du Québec, le Collège des médecins du Québec (CMQ) est l'ordre professionnel des médecins québécois. Le CMQ a pour principal mandat la protection du public. Ce n'est donc pas un organisme qui veille aux intérêts de ses membres, contrairement aux différentes fédérations. Ainsi, le CMQ s'assure que ses membres pratiquent la médecine de manière professionnelle, avec compétence et éthique. C'est donc le CMQ qui délivre le permis d'exercice de chacun des 23 000 médecins du Québec.

Le 2 novembre dernier se tenait le Colloque annuel du CMQ qui avait pour thème « Retrouver le sens de la profession ». Ce fut l'occasion pour le nouveau président, Dr Mauril Gaudreault, de s'adresser aux médecins en partageant ses orientations. Il désire que le CMQ retrouve l'estime de la population et qu'il soit perçu comme un organisme novateur de protection du public. Il se dit ouvert à une plus grande collaboration avec les autres professions du domaine de la santé et il tient à rappeler qu'exercer la médecine est un privilège.

Le Colloque s'est poursuivi avec une série de panélistes qui, tour à tour, ont donné leurs explications sur ce qui avait pu causer ou alimenter le climat de Dr Bashing qui s'est fait ressentir même jusqu'à nous, étudiants en médecine.

L'éditorialiste au journal *Le Soleil*, Brigitte Bretton, a ouvert le bal. Elle a débuté en rappelant certains cas d'exceptions qui ont fait sortir le public de leurs gonds. Rappelons à titre d'exemple le chirurgien qui avait touché de très grosses primes alors qu'il pratiquait principalement la nuit. L'essentiel de son message se résume ainsi : les patients ont une excellente estime pour leur médecin et ils leurs font confiance. Or, la population a une opinion tout autre sur les médecins en général. C'est donc la responsabilité sociale de la profession médicale en entier plutôt que la compétence et l'éthique individuelle de chacun des médecins qui est mis à mal.

Le Dr Louis Godin a poursuivi, en tant que président de la Fédération des médecins omnipraticiens du Québec, en attribuant le blâme en partie aux décisions et aux messages du précédent gouvernement. Il apporte ainsi une importante nuance en disant que malgré l'atteinte des cibles de prise en charge, tout n'est pas fini. Il reste encore des problèmes d'accès sur lesquels travailler pour regagner la confiance de la population en tant que groupe.

Dre Diane Francoeur, présidente de la fédération des médecins spécialistes du Québec, a enchaîné en parlant de l'épuisement professionnel des médecins. Elle croit que notre culture anxigène est dangereuse pour notre profession. Elle réitère que les omnipraticiens et les autres spécialistes sont tout autant des médecins.

La causerie s'est terminée sur une toute autre note avec le Dr Laurent Marcoux, président de l'Association médicale canadienne, qui a affirmé que ce qui nuit le plus à la profession médicale est l'intimidation des médecins entre eux. Il appelle à un sérieux examen de conscience et demande que l'on traite nos collègues de la même façon que l'on traite nos patient, c'est-à-dire avec le plus grand professionnalisme qui soit.

Mathieu Groulx
Vice-Président
VP@fmeq.ca

NUTRITION

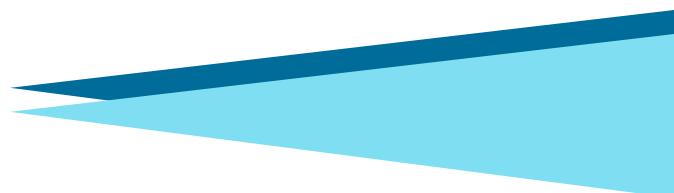
Votre déléguée au bien-être, Eloise, vous prépare quelques capsules vidéo bien-être. La première a été publiée ce mois-ci. Il s'agit d'une recette toute simple d'une collation riche en énergie pour vous permettre de passer au travers des long quarts de travail ou vos nuits d'études! Nous vous invitons à la regarder au lien suivant:

<https://www.facebook.com/fmequebec/videos/358467521625907/>

Vous retrouverez la liste des ingrédients à la prochaine page.

Bonne dégustation!

Éloise Caterina Passarella
Bien-être
bienetre@fmeq.ca





Collations fruitées

PAR ELOISE CATERINA PASSARELLA



Vous aurez besoin:

2 bananes

2 oeufs

1/3 tasse sirop d'érable (70 g)

1/4 c.thé sel

2 c.thé levure

2 c.thé essence de vanille

1 c.table cannelle

1 tasse yogourt grec (285 g)

3 tasses avoine(300 g)

1 tasse lait (235 mL)

Garnitures de votre choix



Durant vos études de médecine, vous êtes habituellement plutôt en recherche de financement que de façons d'investir. Il n'est cependant jamais trop tôt pour penser à votre avenir en vous renseignant sur les produits qui pourraient faire augmenter votre épargne.

Votre portefeuille de placements

/ Se compose de différents fonds communs de placement.

/ Deux grandes catégories :

Revenu fixe

Ex. : obligations, CPG.

Actions

Ex. : canadiennes, américaines, internationales.

+

une catégorie de fonds
qui combine les deux



Fonds équilibrés

Une base solide

Pour bâtir votre portefeuille, vous pourriez commencer en investissant dans l'un des différents **fonds équilibrés** disponibles.

Comme ils sont composés **d'actions et d'obligations** selon différents pourcentages, ils diversifient vos sources de rendement, en plus de réduire le risque et la volatilité.

Par la suite, et selon votre capacité d'investir, vous pourrez ajouter des fonds de revenu fixe et des fonds d'actions dans votre portefeuille.

VOILÀ!

Vous avez commencé votre épargne!

Pour en savoir plus,
parlez à l'un de nos conseillers.

fprofessionnels.com



NOTRE ACTIONNAIRE



FÉDÉRATION
DES MÉDECINS
SPÉCIALISTES
DU QUÉBEC

NOS PARTENAIRES



LES SERVICES DE LA FMEQ

Saviez-vous? En tant que membre de la FMEQ, vous avez accès à des rabais sur plusieurs produits et services que vous utilisez parfois déjà. Dans l'esprit de la rentrée, en voici quelques uns qui pourraient vous intéresser!

POUR LES NOUVEAUX ARRIVÉS



Tu viens de déménager à Québec, à Montréal, à Sherbrooke? L'accès à une voiture serait intéressante une fois de temps en temps, sans avoir à dépenser pour s'en acheter une à toi tout seul? Communauto est un service d'auto-partage présent à Montréal, Québec et Sherbrooke. Avec Communauto tu peux emprunter une voiture près de chez toi quand tu l'as besoin. Communauto à plusieurs postes à travers la ville ou tu peux emprunter une voiture et la rapporter quand tu as terminé tes courses. Tu ne payes que lorsque tu utilises la voiture. À Montréal et à Québec le volet *Auto-mobile* te permet de prendre des voitures stationnées n'importe où dans la ville et de les déposer à un autre endroit, sans devoir revenir au point de départ.

Pour plus de détails, visitez communauto.com

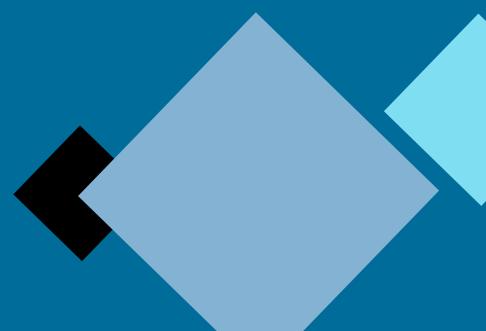
En tant que membre de la FMEQ, vous pouvez recevoir votre inscription au forfait « liberté » gratuitement (un rabais de 40\$) où vous recevez un crédit d'utilisation de 12\$ sur l'inscription au forfait de base auto-mobile.



Transforming Medical Learning

Tu apprends l'anatomie de manière plus visuelle? L'application 3D4medical permet d'explorer l'anatomie humaine sur tous ses angles. Il s'agit d'une des meilleures applications d'anatomie disponible sur le web. Elle est disponible sur Mac, Ipad, Iphone, Android et Windows.

En tant que membre de la FMEQ, vous recevez un rabais de 30% sur l'achat de l'application.





La financière des professionnels est une compagnie de gestion financière qui appartient à la Fédération des médecins spécialistes du Québec (FMSQ). Pour les nouveaux étudiants, la financière est là pour t'aider à financer tes études. Elle offre une marge de crédit avec taux d'intérêt préférentiel, ainsi que des conseils financiers justes et adaptés à ta situation. Que ce soit pour des conseils ou pour avoir accès à la marge n'hésitez pas à les contacter.

POUR LES EXTERNES

UpToDate

UpToDate est une ressource, écrite par des médecins et basée sur les données probantes, auquel les médecins et les étudiants en médecine font confiance afin d'avoir des réponses cliniques fiables. UpToDate incorpore les meilleures données probantes disponibles, les trouvailles médicales les plus récentes et des recommandations pratiques pour nos patients. Peu importe la question clinique, vous trouverez la réponse sur UpToDate.

Étant facile à utiliser, UpToDate est un « must » pour tout étudiant en médecine, tant en classe qu'à l'hôpital. Il s'agit d'un outil fantastique à avoir au bout des doigts. En tant que membres de la FMEQ, vous recevez le service UpToDate à un rabais de plus de 50%.



ON CHANGE LE MONDE

Vous voulez vous garder en forme malgré le début de l'externat? La FMEQ vous offre un rabais de 80\$ sur l'abonnement annuel chez Énergie Cardio. Il existe des centres Énergie Cardio partout à travers le Québec, donc peu importe où vous vous retrouverez pour un stage, vous pouvez être confiants qu'il y aura un centre Énergie Cardio à proximité.

Le rabais de 80\$ est valide pour tous les membres de la FMEQ ainsi que pour tous les membres de leur famille habitant à la même adresse.

GUIDE DES SERVICES 2018-2019

Sogemec ASSURANCES

Assurance invalidité gratuite pour la durée de vos études

Lussier Dale Parizeau Cabinet de services financiers

Rabais d'au moins 10% sur l'assurance auto, habitation et voyage. Primes garanties pour 24 mois.

FINANCIÈRE DES PROFESSIONNELS

BRIO, la marge de crédit exclusivement conçue pour les étudiants en médecine :

- Limite annuelle évolutive déterminée selon l'analyse de votre budget avec un planificateur financier;
- Couverture en assurance vie gratuite tout au long de votre parcours universitaire.

strøm

S P A N O R D I Q U E

Rabais de 15% sur tous les massages et expériences thermiques. Valide au site de l'île des Soeurs, Mont Saint-Hilaire et Sherbrooke (bientôt à Québec)

CHOICE HOTELS CANADA™

Rabais allant jusqu'à 20% dans tous les chaînes d'hôtels de choice hotels (comfort inn, comfort suites, sleep inn, quality inn, clarion, mainstay suites, suburban, econolodge, rodeway inn)

UpToDate

Référence clinique exhaustive. Rabais de 50% ou plus (99\$ pour 1 an ou 169\$ pour 2 ans)

Pour plus d'informations et pour accéder à ce rabais, visitez www.fmeq.ca/services

- Inscrivez-vous en utilisant votre courriel universitaire
- Contactez l'association des étudiants en médecine sur votre campus pour avoir accès au code d'invitation demandé par le site web
- Pour toutes questions, contactez notre délégué aux services et partenaires à services@fmeq.ca



LASIK MD

VISION

Correction de la vue au laser a tarif réduit:

- Consultation fixe sans occupation
- Plan de retouches oculaires offert gratuitement

Énergie Cardio

ON CHANGE LE MONDE

80\$ en rabais sur l'abonnement annuel, pour vous et tous les membres de votre famille

3D4MEDICAL

Transforming Medical Learning

Rabais de 30% sur l'une des meilleurs applications pour visualiser l'anatomie sur iPad et bientôt sur Mac

Canada@Bank

Accès gratuit à une excellente banque de plus de 4000 questions préparatoires à l'examen LMCC



Rabais sur locations de voitures. Prix fixes à travers le Québec. Pas de frais supplémentaires pour les locateurs ade plus de 21 ans

Communauto

Inscription au forfait "liberté" gratuitement (40\$ de rabais)
Crédit d'utilisation de 12\$ sur l'utilisation du forfait auto-mobile de base

Pour plus d'informations et pour accéder à ces rabais visitez www.fmeq.ca/services

- Inscrivez-vous en utilisant votre courriel universitaire
- Utilisez le code promotionnel
 - Université de Montréal: UM35434
 - Université de Sherbrooke: US18322
 - Université Laval: UL98273
 - Université McGill: MC09238



