INFO-FMEQ

Publication du guide écoresponsable 2020

L'Association des Facultés de Médecine du Canada - C'est quoi?

Recrutement d'étudiants avec profil atypique

Rabais spa nordique Strom

ÉDITION OCTOBRE

Mise en page:

Wei Ting Xiong
Délégué aux communications

FMEQ
Fédération médicale étudiante du Québec

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Bonjour!

J'espère que vous avez passé un beau mois d'octobre. Déjà plus de deux mois que nous avons entamé une nouvelle année scolaire qui sera remplie de défis et de nouveautés.

La Fédération médicale étudiante du Québec a eu son premier Conseil général ce mois-ci où plusieurs décisions importantes ont été prises. Nous avons eu l'opportunité de discuter avec les différentes associations, et échanger sur les meilleures pratiques ! Nous vous invitons à suivre nos pages Facebook et Instagram afin de prendre connaissance des dossiers sur lesquels nous travaillons.

Nous continuons à travailler sur les dossiers qui sont importants pour vous. Nous rencontrons le MSSS et les doyens aux deux semaines afin de discuter des enjeux de la COVID sur les stages à l'externat. N'hésitez pas à discuter avec vos associations locales afin de poser vos questions pour que nous puissions transmettre vos inquiétudes et vos demandes. Nous vous rappelons de suivre les recommandations de la Santé publique, et de montrer l'exemple à titre de professionnels de la santé !

Nous travaillons activement sur le dossier du CaRMS 2021 et 2020. Des décisions importantes seront prises au courant des prochaines semaines, et nous allons vous tenir au courant des développements.

La COVID-19 aura apporté, et continue d'apporter un lot de changements. La pandémie aura permis de mettre en lumière plusieurs éléments nécessitants réflexion dont les examens de certification. Nous devons être proactifs afin de tirer avantage de cette période en mouvance, et il est nécessaire que les acteurs de la sphère médicale et politique se penchent sur la question et assument leurs responsabilités. Nous appuyons les demandes de la FMRQ et nous demandons que des solutions viables soient trouvées, et ce rapidement !

Finalement, nous vous invitons à participer en grand nombre au projet Movember qui regroupera cette année les étudiants et les résidents ! Plusieurs activités seront annoncées au courant des prochaines semaines !

Au plaisir de se croiser à l'hôpital ou de discuter en ligne,

Catherine Lajoie
Présidente
president@fmeq.ca

FMEQ
Fédération médicale étudiante du Québec

Pour l'avenir de la relève médicale
For the future of medical students

VOTRE ÉQUIPE 2020-2021

CONSEIL EXÉCUTIF

Présidente : Catherine Lajoie (UMontréal)

Vice-président : Samuel Montplaisir (UMcGill)

Secrétaire générale : Valérie Pek (UMontréal)

Déléguée aux affaires politiques : Élise Girouard-Chantal (UMcGill)

Déléguée aux affaires pédagogiques : Laurence Fleury-Deland (USherbrooke)

Déléguée au bien-être : Valérie Breton (USherbrooke)

Délégué aux finances et aux ressources humaines : Samuel Leblanc (USherbrooke - Campus Moncton)

Délégué aux services et aux partenaires : Bo Yi Dou (USherbrooke)

Déléguée aux affaires internes et associatives : Janick Caron-L'Ecuyer (UMontréal - Campus Mauricie)

Délégué aux affaires externes : Julien Lépine (UMontréal)

Déléguée aux affaires internationales et communautaires: Maria Alexandra Rosca (UMontréal)

Délégué aux communications : Weiting Xiong (USherbrooke)

Adjointe à l'exécutif : Mme Francine Auger

CONSEIL D'ADMINISTRATION

(Udem) Jasmin Collerette-Tremblay

(Udem) Ngoc-Nhu Jennifer Nguyen

(Udem) YongMu Ouyang

(Udem) Radbod Pilehvar

Samuel Bellavance (USherb)

Nickolas Gagnon (USherb)

Isabelle Tapp (ULaval)

Marika Senechal (USherb)

MESSAGE DE VOTRE DÉLÉGUÉE AU BIEN-ÊTRE

Bon mois d'octobre à tous!

Le 10 octobre dernier avait lieu la journée mondiale pour la santé mentale. La FMEQ tient à vous encourager à ne pas négliger votre santé mentale. En tant que futurs professionnels de la santé, il est important de mettre notre santé mentale de l'avant, ce qui nous permettra d'être pleinement disponible pour nos patients. Sur notre site internet, nous tenons une liste de ressources disponibles pour les étudiants dans chaque campus. Vous pouvez également vous référer aux pages web et Facebook de vos associations qui sont de bonnes sources d'informations.
https://www.fmeq.ca/ressources-par-campus/

Présentement à la FMEQ, nous travaillons sur la promotion des profils atypiques en médecine. Nous sommes à la recherche d'une variété d'étudiants pour nous parler de leurs parcours et des ressources qui les ont appuyés dans leurs études. Ainsi, nous voulons diminuer les barrières supplémentaires que certains groupes d'étudiants peuvent avoir dans leurs années en médecine. Les parcours pour lesquels nous voulons recenser des ressources cette année sont : étudiants parents, athlètes, étudiants vivants avec un handicap physique ou un trouble neurocognitif. Si vous voulez partager votre parcours avec nous, n'hésitez pas à écrire à bienetre@fmeq.ca ou pedagogique@fmeq.ca. De plus, si vous avez d'autres parcours atypiques à nous suggérer afin de rendre plus accessible leurs ressources d'aide, écrivez-nous! J

Pour vous tenir informer des dossiers actifs sur le bien-être à la FMEQ, vous pouvez consulter notre page Facebook. Nous publierons après chaque CG la liste des dossiers actifs de vos délégués. En bien-être, voici nos dossiers actifs principaux :

BIEN-ÊTRE

- Conditions de stages à l'externat
- Promotion des profils atypiques en médecine
- Comité sur l'inclusion et la diversité
- Capsules bien-être

Valérie Breton
Déléguée au bien-être

MESSAGE DE VOTRE DÉLÉGUÉE AUX AFFAIRES INTERNATIONALES ET COMMUNAUTAIRES

Congrès d'automne d'IFMSA-Québec: Équité, diversité et inclusion en santé

Le 10 octobre dernier, IFMSA-Québec a eu son Congrès d'automne sous le thème de "Équité, diversité et inclusion en santé". Pour ceux l'ayant manqué, vous pouvez revoir la majorité des conférences sur la chaîne Youtube d'IFMSA-Québec: https://bit.ly/2HCYH9W

SCORE X SCORP: Opportunités et défis de l'accès à la médecine traditionnelle autochtone dans les soins de santé contemporains

IFMSA-Québec vous invite à une conférence portant sur la recherche en santé autochtone, proposée en collaboration avec les comités SCORE (échanges de recherche) et SCORP (droits humains et paix) le 30 octobre à 16h! Pour donner suite au Congrès d'automne d'IFMSA-Québec ayant pour thème l'équité, la diversité et l'inclusion en santé, Dr. Pierre S. Haddad nous présentera son projet de recherche portant sur le traitement du diabète grâce à la médecine traditionnelle autochtone, et ce, en compagnie de M. Joseph Awashish, porteur de savoir en médecine traditionnelle de la Nation Crie de Mistissini et proche collaborateur. Dans le contexte actuel, où l'importance de la représentativité autochtone nous est tous rappelée, nous espérons pouvoir vous offrir une opportunité d'exposition et d'apprentissage en tant que futurs piliers du système de santé québécois!

Lien vers l'événement Facebook :https://fb.me/e/4DNYb7sGL

Guide écoresponsable 2020

Le guide écoresponsable, fait par IFMSA-Québec, a été mis à jour! Bien que pour l'instant la COVID-19 nous empêche de faire des événements en présentiel, ce guide est un atout pour le futur. De plus, vous pouvez trouver des conseils écoresponsables, des friperies, des lieux de compostage, et bien plus.

Lien : https://adobe.ly/342SHQr

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à contacter la coordonnatrice au développement durable d'IFMSA-Québec, green@ifmsa.qc.ca, ou votre déléguée aux affaires communautaires et internationales president@ifmsa.qc.ca

[Podcast] Santé Canada x Université de la Rue x IFMSA-Québec (DL: 31 octobre à 23h59) 🌎

IFMSA-Québec s'associe avec Université de la Rue et Santé Canada (Bureau de la qualité de l'air et de l'eau) afin de produire deux podcasts (un en anglais et un en français) qui parleront de divers sujets en santé environnementale.

Pour créer les podcasts, Université de la Rue et IFMSA-Québec est à la recherche d'un.e autre étudiant.e qui fera partie du comité de travail de ces podcasts afin d'apporter la vision des étudiant.e.s. Comme tâches, vous aurez à participer à la recherche des protagonistes et à la rédaction des sujets et objectifs de ces deux podcasts.

Formulaire d'application: https://forms.gle/oqv2Wx2HiE5TaLG26

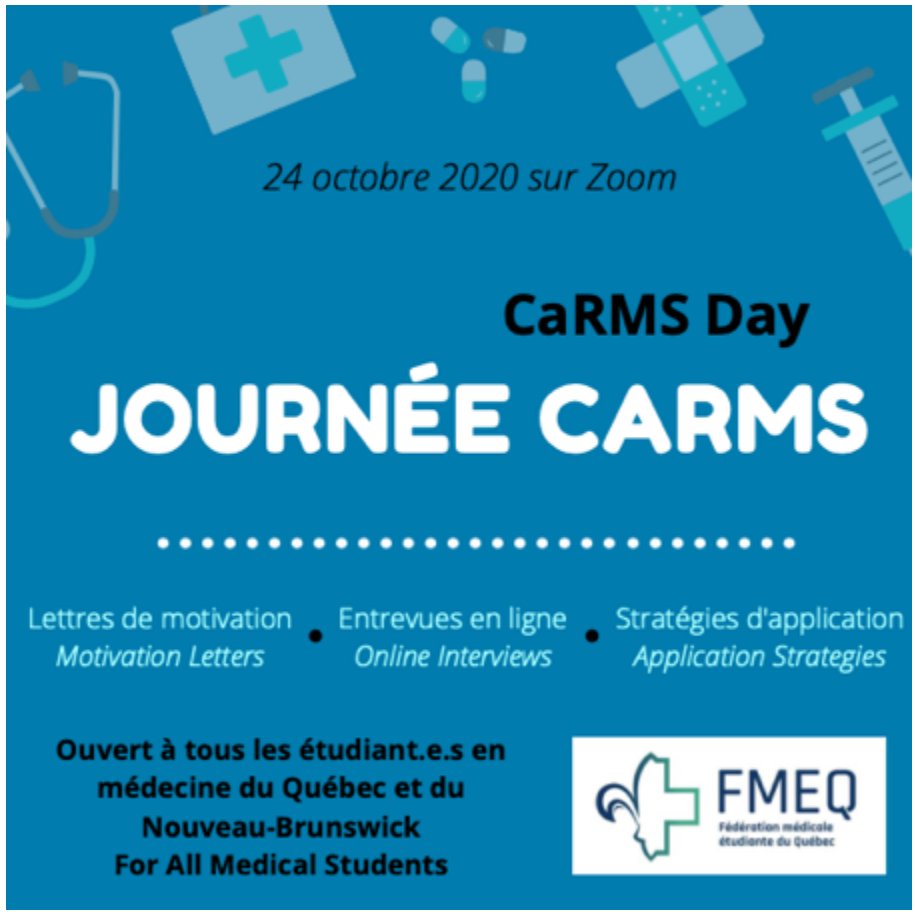
PS: c'est ouvert à tous les étudiant.e.s en médecine du Québec et de Moncton!

Maria Alexandra Rosca
Déléguée aux affaires
internationales et communautaires

JOURNÉE CARMS 2020

La Journée CaRMS se tiendra sur Zoom le **samedi 24 octobre 2020**. Vous pouvez donc y assister dans le confort de votre chez vous en pyjama avec votre café! Malgré le format modifié, la formule de l'évènement reste la même! L'évènement est **gratuit** et les conférences seront ouvertes à tous les étudiants en médecine du Québec et du Nouveau-Brunswick. L'inscription via Google Form est nécessaire. Pour les externes, il y aura aussi possibilité de discuter avec des résidents de diverses spécialités en petits groupes en après-midi. L'horaire officiel est disponible sur la page Facebook de l'évènement, avec d'autres détails! Les présentations de l'avant-midi seront rendues disponibles sur la page Facebook de l'évènement après la Journée.

https://www.facebook.com/events/811092409692098/



Laurence Fleury-Deland
Déléguée aux
affaires pédagogiques

MESSAGE DE VOTRE DÉLÉGUÉ AUX AFFAIRES EXTERNES

La représentation externe de la FMEQ… C'est quoi? – L'Association des Facultés de Médecine du Canada

Cette semaine je vous parle de ce qui constitue une partie énorme de la représentation externe de la FMEQ : l'Association des Facultés de Médecine du Canada (AFMC). En effet, les délégués de la FMEQ y siègeront dans pas moins de 14 comités cette année. Depuis le début de notre mandat, nous avons déjà participé à 21 rencontres (dont 14 pour notre cher vice-président Samuel Montplaisir) dans les différents comités de l'AFMC.

D'abord, c'est quoi l'AFMC ?
Fondée en 1943, l'AFMC représente les 17 facultés de médecine canadiennes (incluant les 4 facultés québécoises) et est constituée du partenariat académique qui les unit. La mission de l'AFMC se déploie en 4 axes principaux :

1. Appuyer le corps professoral des facultés, leur personnel et leurs apprenants;
2. Être un chef de file national et international pour la formation du personnel de la santé ainsi qu'un leader et une ressource primaire en l'éducation médicale;
3. Favoriser l'excellence et l'innovation en recherche pour améliorer la santé;
4. Voir à l'intégration de la médecine universitaire dans les systèmes de santé.

Sur quels comités siègent la FMEQ au sein de l'AFMC ?
Les délégués de la FMEQ défendent les intérêts des étudiants notamment dans des comités sur le jumelage aux programmes de résidence (CaRMS), où l'on discute de calendrier, de documents à fournir (dont les lettres de référence), de plateforme web de promotion des programmes, de politiques de communication et des politiques du CaRMS. D'autres comités se penchent sur la promotion de la diversité dans l'admission, la santé mondiale, la responsabilité sociale de même que l'inclusion de contenu sur la crise des opioïdes dans le curriculum. Les stages à option lors de l'externat, l'intégration des environnements cliniques virtuels ainsi que les voies d'accès vers la résidence sont d'autres dossiers travaillées dans des comités de l'AFMC.

Toutes les décisions prises dans ces comités de l'AFMC ont des répercussions directs et tangibles sur les étudiants en médecine du Québec, autant au Québec que lorsque ceux-ci veulent faire des stages ou poursuivre des études ailleurs au Canada. Ainsi, il est primordial que l'on y fasse entendre notre voix!

Pour plus d'information sur l'AFMC, je vous invite à consulter son site internet : https://www.afmc.ca/fr

Julien Lépine
Délégué aux affaires externes

LE PRÊT LEVIER, UNE BONNE IDÉE?

Vous avez plus de projets que d'argent disponible pour les réaliser et vous avez entendu parler du prêt levier pour accélérer vos revenus de placements. Mais est-ce vraiment une bonne idée?

Prêt levier ou pas?

La stratégie du prêt levier consiste à **emprunter une somme d'argent pour l'investir, habituellement dans des placements non enregistrés**. Le principe est que les rendements générés par vos placements seront supérieurs aux frais d'intérêt de l'emprunt.

Jusque-là, tout va bien. Mais attention au passage du principe à la réalité!

1. Si un conseiller vous suggère un prêt levier, considérez d'abord votre **tolérance au risque**. La stratégie du prêt levier amplifie les résultats obtenus : quand les marchés sont en hausse, vos gains sont plus élevés, mais s'ils sont en baisse, votre déficit est plus prononcé.

2. Tenez compte de votre **capacité d'emprunt** et de votre **épargne actuelle**. Vous pouvez sans doute emprunter et payer les intérêts de ce prêt. Mais qu'arrivera-t-il en cas de baisse soudaine des marchés : pourrez-vous en tirer sans compromettre votre avenir financier?

Un exemple

Vous empruntez 50 000 $ à un taux d'intérêt de 3,7 %, ce qui équivaut à des frais d'intérêt annuels de **1850 $**.

- Si les marchés sont **en hausse**, tout va bien.
- S'ils sont **en baisse**, vous devrez pouvoir encaisser une perte en capital qui pourrait aller jusqu'à la totalité du montant emprunté. C'est un pensez-y bien!

Frais d'intérêt déductibles ou pas?

Pour que les intérêts soient déductibles, les sommes que vous empruntez doivent être investies dans des **placements qui versent des revenus d'intérêt ou de dividende**, et ces placements doivent être dans des **comptes non enregistrés**.

Si vous achetez des actions d'une société qui ne prévoit pas payer de dividende, ou si investissez dans des comptes enregistrés (REER, CELI, REEE), les intérêts de votre prêt ne seront pas déductibles.

Le mot de la fin

À cette étape, la stratégie du prêt levier est périlleuse. Le fait de vous retrouver avec une dette importante au moment où vous êtes encore à bâtir votre épargne pourrait devenir très inconfortable.

Soyez prudent et parlez à votre conseiller. Posez-lui toutes vos questions. Il pourra vous éviter bien des écueils et vous aiguiller dans la bonne direction!

FINANCIÈRE DES PROFESSIONNELS

Les informations contenues aux présentes proviennent de sources que nous jugeons fiables; toutefois, nous n'offrons aucune garantie à l'égard de ces informations et elles pourraient s'avérer incomplètes. Les opinions exprimées sont basées sur notre analyse et interprétation de ces renseignements et ne devraient en aucun cas être considérés comme une recommandation. Veuillez consulter votre conseiller.

Financière des professionnels inc. détient la propriété exclusive de Financière des professionnels – Fonds d'investissement inc. et de Financière des professionnels – Gestion privée inc. Financière des professionnels – Fonds d'investissement inc. est un gestionnaire de portefeuille et un gestionnaire de fonds d'investissement qui gère les fonds de sa gamme de fonds et offre des services-conseils en planification financière. Financière des professionnels – Gestion privée inc. est un courtier en placement membre de l'Organisme canadien de réglementation du commerce des valeurs mobilières (OCRCVM) et du Fonds canadien de protection des épargnants (FCPE) qui offre des services de gestion de portefeuille.

NOTRE ACTIONNAIRE

FMSQ

NOS PARTENAIRES

FMEQ Fédération médicale étudiante du Québec

FMRQ

Partenaires mieux-être

15 %

DE RABAIS

Code promo : **FMEQ**

strøm

SPA NORDIQUE

Dre Maude Richard
Saguenay–Lac
-Saint-Jean

Envie d'une pratique unique et diversifiée ?

L'équipe SARROS est là tout au long de votre cheminement pour vous informer sur les possibilités de stages et de postes, en plus de vous accompagner pour trouver **votre place** dans l'une des 12 régions SARROS du Québec.

SARROS.CA EQUIPESARROS

SARROS | Soutien aux régions pour le recrutement d'omnipraticiens et de spécialistes