

CLÔTURE DU DÉFI 5/30 ÉQUILIBRE ICM édition 2014

C'est le 15 avril dernier que le Défi Santé 5/30 se clôturait. C'est à ce moment que les prix ont été remis aux trois équipes gagnantes. Chacun des membres de la première équipe sont repartis avec un chèque-cadeau du Spa Balnéa, les équipiers de la deuxième équipe ont remporté chacun une carte-cadeau d'une valeur de 50 \$ chez IGA et les membres de l'équipe en troisième place se sont vus remettre une carte-cadeau de 25 \$ chez Sports Experts. Félicitations également à Mme Emma Dedelis qui a gagné un prix de participation, soit un chèque-cadeau du Spa Balnéa. Voici les noms des membres des trois équipes gagnantes :

Les médaillés d'or : score parfait 900 points

- Louise D'Anjou
- Charline Desarnaud
- Michèle Lacerte
- Jennifer Tieu
- Camille Llazer



Heartless Bastards : 890 points

- Marc-André Méus
- Andréanne Chabot
- Youri Laplante-El Haili
- Xavier Levac
- Paul-Eduard Neagoe
- Laurence Demers-Lanouette



Défi Santé 5/30 Équilibre

Oméga : 880 points

- Judith Allard
- Suzie Boileau
- Liette Picard
- Nathalie Dancause
- Marie-Josée Simard
- Amélie Marcil



Colloque sur le bien-être des médecins au Centre ÉPIC

Les 3 et 4 avril derniers se tenait au Centre ÉPIC un colloque organisé par l'association **Médecins francophones du Canada**. Réunissant 38 participants, le colloque était l'occasion pour des médecins et leurs conjoints de prendre un temps d'arrêt et de se questionner sur leurs habitudes de vie.

Conseils en activité physique, nutrition et gestion du stress, tout y était pour aider les participants à modifier leurs habitudes, en acquérir de nouvelles et leur faire vivre l'expérience ÉPIC.

Ce colloque est possible grâce à l'expertise des professionnels du Centre ÉPIC. L'enseignement des médecins, des nutritionnistes et des kinésithérapeutes bénéficie non seulement aux participants du colloque, mais également à leurs patients.

JEAN-FRANÇOIS DUPRÉ
Agent d'information au Centre ÉPIC



BRAVO AUX 4 PARTICIPANTS du Défi 6 semaines sans tabac 2014!

C'est le 24 février dernier que se clôturait le **Défi 6 semaines sans tabac** pour le personnel de l'ICM. Cette année, 4 personnes se sont inscrites et une a réussi à relever le défi de 6 semaines sans fumer! Le prix d'un montant de 200 \$, gracieuseté du programme « Employeur de choix », a été attribué à Mme Pauline Frenet, infirmière.

« Ce défi a été pour moi une belle chance et une réussite. Un beau travail d'accompagnement et surtout d'information et de conseils pertinents qui me permettent au jour le jour de continuer ma vie sans tabac; je souhaite bonne chance à tous mes collègues qui m'ont accompagnée dans cette aventure. J'espère qu'ils arriveront eux aussi à leur tour à gagner leur propre défi. Merci à Martine et Heidi pour leur travail. Une belle expérience que je ne suis pas prête d'oublier. »

PAULINE FRENEAT

Félicitations à tous les participants qui ont osé se lancer ce Défi!

MARTINE ROBERT

M. Sc Conseillère en tabacologie

HEIDI CLAVEAU

infirmière en cessation tabagique



CAPSULE CONFIDENTIALITÉ

Saviez-vous que...

Les courriels identifiant de façon explicite un usager (nom, prénom, date de naissance, numéro de dossier, diagnostic, etc.) sont autorisés **uniquement** lorsque la communication se fait via une adresse sécurisée du MSSS (LOTUS Notes).

SOUS LES PROJECTEURS

☉ On se met au cardio!

On sait tous qu'il faut faire du cardio pour se mettre en forme, mais comment procéder pour que l'effort en vaille vraiment la peine? Le Dr Michel White et Valérie Guilbeault, kinésologue au Centre ÉPIC, proposent des trucs dans le magazine *Coup de pouce* du mois de mai.



De bons mots À L'ÉGARD DE L'ICM

À toute l'équipe ayant pris soin de moi: Merci

- tout d'abord au Dr Normand Racine pour son professionnalisme et sa gentillesse;
- aux médecins qui ont pratiqué mes deux angioplasties, entre autres, pour la deuxième, Dr Jean Grégoire, Dre Catherine Bécharé et leur équipe ayant procédé avec compétence et amabilité;
- à toutes les infirmières et aides infirmières et autres employés de soutien, parmi lesquels Ghislaine Bertrand et Chantal Carrier m'ayant traité avec tous les égards;
- à tout le personnel administratif et autres.

Compétence, professionnalisme, prévenance, gentillesse font à mon avis de l'Institut un centre de première qualité. Toutes mes visites (plus de quatre) furent très appréciées.

Toute ma gratitude et encore un Grand Merci à tous de vos efforts à me donner une plus longue vie.

ANDRÉ JOLY
Patient

La reconnaissance passe par METROPOLIS BLEU : un concours littéraire

Profitant du Mois du cœur, la Fondation de l'ICM et la Fondation Metropolis bleu ont lancé un concours littéraire. Les écrivains en herbe étaient invités à transmettre leur témoignage de reconnaissance à l'ICM sur le site www.mercedetoutcoeur.com.

Débutant par MERCI DE TOUT COEUR, ICM, patients et membre de la famille d'un patient ont soumis un court texte sur ce qu'ils apprécient de tout cœur depuis leur passage à l'Institut.

Ainsi, six témoignages ont retenu notre attention. Les auteurs de ces textes seront invités à assister au Festival Metropolis bleu, qui aura lieu du 28 avril au 4 mai 2014, en plus de participer à un atelier d'écriture professionnel. Toutes nos félicitations!

Gagnants

Francine Bernier	Joël Renaud
France Gagnon-Savoie	Gaétan Sauvageau
Roger Jutras	Caroline Tessier



Pour lire les témoignages, visitez  www.mercedetoutcoeur.com

Un autre succès pour la loterie voyage!

La campagne de financement 2014-2015 des employés de l'ICM, qui remet mensuellement des crédits-voyage et des prix en argent, fut encore un succès cette année. Grâce à vous, les profits seront remis à l'Institut pour l'achat de nouveaux équipements.

Les billets ont été vendus grâce à la grande collaboration des ambassadeurs : Diane Benoît, Chantal Charbonneau, Alain Charron, Marie Cournoyer, Chantal Lacoste, Nadia Lafrance, Sylvio Langlais, Johanne Lavallée, et Sylvain Théberge.



De la part de tous les patients, merci et bonne chance!

« 60 ans à faire battre des cœurs »

CONFÉRENCE ANNUELLE DE LA FONDATION animée par le Dr Alain Vadeboncoeur

PARMI LES CONFÉRENCIERS INVITÉS

Dr Denis Roy, directeur général et cardiologue électrophysiologiste

« 60 ans de réalisations à l'Institut de Cardiologie de Montréal »

Dr André Denault, anesthésiologiste

« Nouveautés dans la prise en charge du patient en choc aux soins intensifs »

Dre Marie-Pierre Dubé,

directrice du Centre de Pharmacogénomique Beaulieu-Saucier

« La personnalisation des soins par la génétique »

Dre Marie-Claude Côté, psychiatre

« Cardiologie et santé mentale, une relation à ne pas négliger »

et le témoignage de Monsieur Jacques Landreville patient et donateur

...

➤ Le mardi 20 mai 2014 à 18 h 30

Au Théâtre Mirella et Lino Saputo du Centre Leonardo da Vinci
8370, boul. Lacordaire, Saint-Léonard H1R 3Y6

➤ Réservation auprès de Sylvie Bonneville :

p.2525 ou sylvie.bonneville@icm-mhi.org

...

Merci d'envoyer vos textes pour *L'ICM Express* à anne-julie.ouellet@icm-mhi.org 



L'ICM Express est le bulletin d'information interne de l'Institut de Cardiologie de Montréal.

Rédactrice en chef : Anne-Julie Ouellet
Production graphique : Sylvie Bolduc

Prochaine parution : 9 mai 2014 Tombée : 29 avril 2014 — midi

Lisez *L'ICM Express* en ligne : www.icm-mhi.org/fr/salle-presse/publications