

# Invitation à une activité de formation continue



Association des médecins  
omnipraticiens de Laval

**Titre :** Demi-journée de l'AMOL: La santé mentale des médecins de LAVAL

**No d'activité :** 79252

**Date :** vendredi le 20 mai 2022

**Lieu :** Château Royal

**Coordonnées :** Château Royal  
3500 Bd du Souvenir,  
Laval, QC H7V 1X2

## Objectifs

Au delà d'un simple énoncé organisationnel, comment actualiser la bienveillance au quotidien

Après ce programme, les participants seront en mesure d'effectuer ce qui suit :

- 1- Définir la communication non-violents et comment elle peut nous enrichir professionnellement et personnellement;
- 2- Mettre en place les étapes clés de cette approche qui conduisent à une communication plus claire et axée sur la collaboration;
- 3- Développer la capacité de s'affirmer dans le respect de soi et des autres.

Autocompassion en action: cultiver la résilience chez les professionnels de la santé

Après ce programme, les participants seront en mesure d'effectuer ce qui suit :

1. Identifier les composantes-clés de l'autocompassion en pleine conscience et en pratiquer une connaissance expérientielle;
2. Discuter des appréhensions, les recherches et la physiologie de l'autocompassion et utiliser ces connaissances comme motivateur au changement;
3. Identifier et mettre en pratique quelques techniques favorisant l'autocompassion dans la vie personnelle et professionnelle;
4. Retenir au moins une compétence à mettre en pratique afin de prendre soin de soi pendant qu'on exerce ses fonctions de soignant.

**Président de séance :** Dre Marie-Claude Lavigne

## Horaire

2022-05-20	08:00	08:30	Accueil/Clôture	Accueil des participants	
2022-05-20	08:30	10:00	Conférence	Au delà d'un simple énoncé organisationnel, comment actualiser la bienveillance au quotidien	Dr Stéphane Carrier, interniste et chef de département de médecine spécialisée du CIUSSS SLSJ
2022-05-20	10:00	10:30	Pause/Repas		
2022-05-20	10:30	12:00	Conférence	Autocompassion en action: cultiver la résilience chez les professionnels de la santé	Dre Adrienne Gaudet, psychiatre, formatrice en auto compassion en pleine conscience

SVP vous inscrire via notre site web:

<http://amol.ca/calendrier/>

L'Association des médecins omnipraticiens de Laval, sous l'agrément parapluie de la FMOQ, reconnaît 3.00 heure(s) d'activité de développement professionnel reconnue aux fins du Règlement sur la formation continue obligatoire des médecins du CMQ. Le code d'éthique du Conseil québécois de développement professionnel continu des médecins (CQDPCM) doit être respecté ([www.cqdpcm.ca](http://www.cqdpcm.ca)).

Cette activité bénéficie d'une subvention à visée éducative de aucun

*Tous les participants sont invités à se créer un compte au [www.fmoq.org](http://www.fmoq.org) en cliquant sur « se connecter ». Ce compte vous permettra de remplir l'évaluation de l'activité au <https://evaluation.fmoq.org> ainsi que de télécharger votre attestation de participation (des frais pourraient être exigés pour les professionnels de la santé autres que médecins et résidents) à <https://padpc.fmoq.org>*

Cette activité donne droit à des allocations du fonds de formation ou du ressourcement.