



# Le bien-être des médecins

Transition vers l'exercice de la profession (TvEP)

Agence de promotion et de recrutement de ProfessionsSantéOntario

janvier 2019



**Ontario**

Agence de promotion  
et de recrutement  
de ProfessionsSantéOntario

## Table des matières

---

Introduction .....	1
Aperçu .....	2
Programme de bien-être des médecins de l'OMA (Physician Health Program) .....	3
Ressources pour le bien-être des médecins de l'ACPM .....	4
Fondation médicale canadienne – Promotion de la santé et du bien-être des médecins .....	4
Balados de l'Association médicale canadienne sur les saines pratiques .....	4
Événements et assistance offerts aux résidents par la PARO .....	5
Initiatives pour le bien-être mises de l'avant par les facultés de médecine de l'Ontario .....	6
Conclusion .....	6

---

# Introduction

L'Agence de promotion et de recrutement de ProfessionsSantéOntario (APR PSO) est très reconnaissante de la contribution de ses partenaires et collègues de la santé à l'établissement du contenu des modules de Transition vers l'exercice de la profession. Ce module offre aux médecins résidents, aux diplômés et aux médecins praticiens de l'information sur les ressources et les stratégies de maintien d'un équilibre travail-vie. Les modules de Transition vers l'exercice de la profession englobent des renseignements plus détaillés et approfondis sur bon nombre de ces sujets.

## Trouver le modèle d'exercice qui vous convient

Ce module offre de l'information et des ressources aux médecins résidents, aux médecins qui s'installent en Ontario et aux médecins praticiens afin de les aider dans leur recherche d'emploi et le processus d'emploi.

## L'aspect commercial de la médecine

Ce module offre aux médecins résidents et aux nouveaux diplômés de l'information sur les facteurs professionnels, pratiques et personnels à prendre en compte au moment de l'établissement d'un cabinet en Ontario.

## Services de suppléance en Ontario

Ce module présente aux médecins des conseils sur les pratiques exemplaires ainsi que des ressources en vue de la prestation de services de suppléance en Ontario.

## Enseigner tout en exerçant

Ce module présente de l'information sur la façon d'intégrer l'enseignement et le mentorat dans la médecine générale ou spécialisée en Ontario.

## Le compte à rebours a commencé

Ce module offre aux médecins résidents un guide étape par étape de transition vers l'exercice de la profession.

## Ressources pour les médecins

Ce module est une compilation des ressources conçues pour les médecins qui portent sur un vaste éventail de sujets liés à l'exercice de la médecine en Ontario.

## Rémunération, mesures incitatives et avantages sociaux

Procure des renseignements aux résidents, aux diplômés en médecine et aux médecins en exercice sur les différentes rémunérations offertes aux médecins en exercice en soins primaires et en soins spécialisés, en Ontario.

## Aperçu

Par définition, la pratique de la médecine est exigeante. L'accélération de la cadence et l'augmentation de la complexité de la pratique médicale ajoutent à la pression de toujours offrir aux patients les meilleurs soins qui soient. Beaucoup de gens, ainsi que des programmes, font la promotion du bien-être des médecins. Vous trouverez ci-dessous plus d'information sur les ressources offertes aux médecins de l'Ontario.

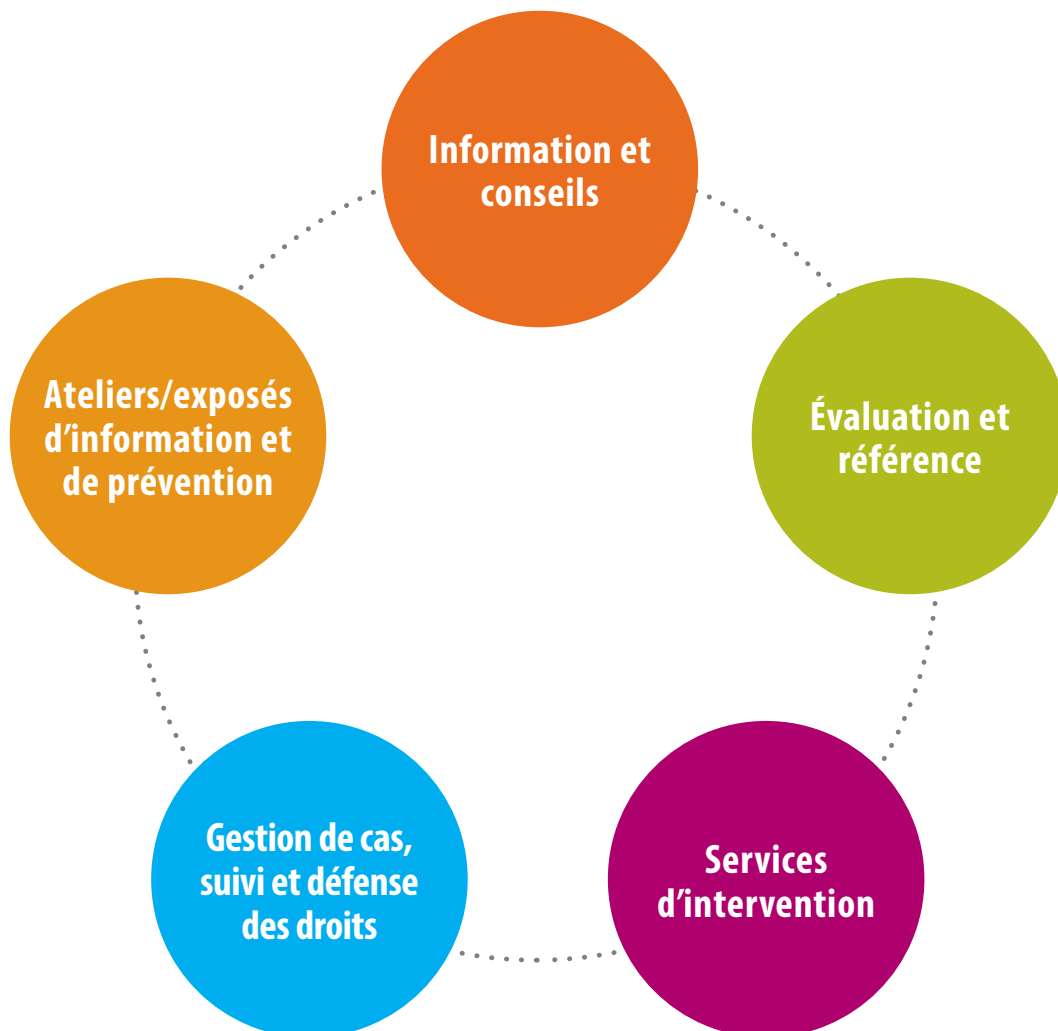


## Programme de bien-être des médecins de l'OMA

Le programme de bien-être des médecins de l'OMA, le **Physician Health Program (PHP)**, offre toute une gamme de services directs afin de favoriser la bonne santé, le bien-être et la résilience de ses clients, les médecins, les résidents et les étudiants en médecine. Le PHP oeuvre auprès des personnes, des familles, des milieux de travail aux prises avec des problèmes de toxicomanie, de santé mentale, de stress, d'épuisement professionnel, de conflits au travail, ou des difficultés familiales ou matrimoniales.

Ce programme offre :

Le PHP satisfait aux exigences en matière de confidentialité de la *Loi de 2004 sur la protection des renseignements personnels sur la santé*. Vous pouvez communiquer confidentiellement avec le personnel du programme au numéro sans frais suivant : **1 800 851-6606**.



## Ressources pour le bien-être des médecins de l'ACPM

L'Association canadienne de protection médicale (ACPM) comprend bien le fardeau que peut représenter des problèmes de nature médico-légale pour ses membres, et leur offre soutien et ressources afin de les aider à gérer le stress qui accompagne de tels problèmes. Les médecins peuvent étudier différents scénarios types et participer à des forums de discussion sur de nombreux sujets à caractère médico-légal et échanger avec d'autres participants leurs stratégies pour faire face à la situation. Des agents peuvent aider les membres à surmonter le stress psychologique et émotionnel lié à la pratique médicale et aux problèmes d'ordre médico-légal.

Pour plus d'information sur le type d'aide disponible, consultez les ressources de l'ACPM pour **le bien-être des médecins**.



## Promotion de la santé et du bien-être des médecins

L'AMC offre des ressources sur le bien-être des médecins du Canada. Consultez la **page sur la santé et le bien-être des médecins** pour obtenir des liens vers des initiatives provinciales, des articles et des outils, des données et des liens vers des politiques à ce sujet.

**e-santedesmedecins.com** : e-santedesmedecins.com est un site qui offre aux médecins praticiens et en formation des ressources en ligne sur la santé et le bien-être. Il donne accès à des experts sur la santé des médecins, à des renseignements éprouvés et à des outils d'auto-assistance. Les sujets qui y sont abordés comprennent : la toxicomanie, l'embonpoint, la nutrition et la bonne forme, la dépression, l'épuisement professionnel et le suicide, l'anxiété, etc.

**Guide CanMEDS pour la santé des médecins** – Un guide pratique de présentation, de promotion et d'enseignement du bien-être physique, émotionnel et spirituel.

**Association canadienne des médecins handicapés** – Réseautage et soutien pour les médecins handicapés.

## Événements et assistance en matière de santé et bien-être offerts aux résidents par la PARO

Il est de plus en plus reconnu qu'il faudrait consacrer davantage de ressources au bien-être des résidents en médecine. Bien que les médecins soient experts à prendre soin de la santé de leurs patients, ils oublient souvent d'appliquer à eux-mêmes les préceptes de vie saine qu'ils préconisent.

Les événements et l'assistance en matière de santé et bien-être de la PARO aident les résidents en médecine à mieux gérer le stress, et promeuvent un mode de vie plus sain :

Événement	Description
Événements à caractère social (organisés par les membres du Conseil général de la PARO)	Dans chaque université, un président est élu parmi les représentants du <b>conseil général de la PARO</b> , dont la tâche consiste à organiser les événements locaux à l'intention des membres. Des fonds sont prévus à cet effet et la PARO encourage les membres du conseil général à organiser des événements locaux à caractère social pour les résidents.
Demi-journées de la PARO pour le bien-être des résidents	Ces demi-journées ont lieu annuellement dans chaque université et abordent différents thèmes touchant à la vie des résidents.
Journée de reconnaissance des résidents	Il s'agit d'un événement qui permet de faire connaître au public le rôle des résidents et fournit l'occasion à leurs pairs et au personnel hospitalier en général de les remercier de leur travail.
Assistance	Description
<b><u>Ligne d'assistance</u></b>	Une ligne d'assistance disponible 24 heures sur 24 offre un soutien confidentiel aux résidents et aux étudiants en médecine, ainsi qu'à leurs conjoints et familles. Pour offrir cette ligne d'assistance, la PARO s'est associée avec les Toronto Distress Centres en raison de leur expérience et leur engagement dans le soutien et l'intervention auprès des personnes en crise.

Pour en savoir plus à propos du bien-être des résidents, rendez-vous sur le site de la **PARO**.

## Initiatives pour le bien-être mises de l'avant par les facultés de médecine de l'Ontario

Toutes les facultés de médecine de la province ont mis de l'avant des programmes de soutien dans le but de favoriser le bien-être des résidents.

- **Université McMaster**
- **École de médecine du Nord de l'Ontario (EMNO)**
- **Université Queen's**
- **Université d'Ottawa**
- **Université de Toronto**
- **Université Western Ontario**



Pour plus d'information, communiquez avec votre **conseiller régional** à [practiceontario@healthforceontario.ca](mailto:practiceontario@healthforceontario.ca).

## Conclusion

Maintenant que vous connaissez mieux les ressources à disposition pour votre mieux-être, consultez nos ressources TvEP conçues pour vous aider dans votre transition vers la pratique :

- **Le compte à rebours a commencé** : Ce module offre aux médecins résidents un guide étape par étape de transition vers l'exercice de la profession.
- **Trouver le modèle d'exercice qui vous convient** : Ce module offre de l'information et des ressources aux médecins résidents, aux médecins qui s'installent en Ontario et aux médecins praticiens afin de les aider dans leur recherche d'emploi et le processus d'emploi.
- **Rémunération, incitatifs et prestations** : Ce module offre de l'information et des ressources aux médecins résidents, aux médecins qui s'installent en Ontario et aux médecins praticiens afin de les aider dans leur recherche d'emploi et le processus d'emploi.
- **Services de suppléance en Ontario** : Ce module présente aux médecins des conseils sur les pratiques exemplaires ainsi que des ressources en vue de la prestation de services de suppléance en Ontario.
- **Enseigner tout en exerçant** : Ce module présente de l'information sur la façon d'intégrer l'enseignement et le mentorat dans la médecine générale ou spécialisée en Ontario.
- **L'aspect commercial de la médecine** : Ce module offre aux médecins résidents et aux nouveaux diplômés de l'information sur les facteurs professionnels, pratiques et personnels à prendre en compte au moment de l'établissement d'un cabinet en Ontario.
- **Ressources pour les médecins** : Ce module est une compilation des ressources conçues pour les médecins qui portent sur un vaste éventail de sujets liés à l'exercice de la médecine en Ontario.