

Rapport annuel

23
24



PROGRAMME D'AIDE
AUX MÉDECINS
DU QUÉBEC

Table des matières

3 Introduction

- 3 Mot du directeur général
- 4 Mot de la directrice de l'intervention,
de la prévention et de la recherche
- 5 Merci, D^r Claude Thibeault
- 6 À propos du PAMQ

7 Rapport d'activité

- 7 Administration
- 8 Intervention
- 12 Prévention et sensibilisation
- 16 Rayonnement
- 22 Philanthropie

24 Rapport de gestion

- 24 Revenus
- 25 Dépenses

26 Gouvernance et équipe

En mouvement plus que jamais

Nicolas Ledoux, directeur général



Alors que nous approchons du 35^e anniversaire du PAMQ, je ressens une grande fierté en constatant le chemin parcouru. Dans un monde en transformation, notre équipe a su continuellement s'adapter et aller au-devant des nouvelles réalités qui touchent les médecins.

L'exercice 2023-2024, se terminant le 31 mai, s'est traduit par des avancées sur plusieurs fronts. Tout en poursuivant la modernisation de notre organisation, nous avons mené un nombre record d'activités de prévention et avons pris part à de nombreuses collaborations. Cela témoigne d'une confiance grandissante envers notre expertise, comme en atteste notre participation aux travaux de la Table nationale de concertation sur la valorisation de la médecine de famille.

Cette année, nous avons réalisé notre tout premier sondage auprès de la communauté médicale afin de mieux comprendre ses besoins et ses attentes envers le PAMQ. Pas moins de 1 549 personnes y ont répondu, soit une participation bien au-delà de nos attentes. Le rapport d'activité en présente les faits saillants.

Par ailleurs, nous avons déployé les efforts nécessaires pour nous conformer à la Loi 25¹ sur la protection des renseignements personnels. La confidentialité étant au centre de notre mission, nous avons élaboré et mis en œuvre une nouvelle politique de protection des données sensibles, en collaboration avec des experts juridiques. En parallèle, nous avons optimisé notre politique de gestion des dossiers, qui sera suivie en 2025 par la création d'un dossier client électronique. Cet outil novateur nous permettra d'améliorer l'efficacité et de mesurer avec précision l'utilisation de nos services grâce à des données probantes, tout en respectant les normes strictes de confidentialité.

En ce qui concerne le financement du PAMQ, nous bénéficions encore cette année de montants supplémentaires pour la réalisation de projets misant sur la prévention. D'abord, une subvention du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS), dans le cadre des travaux de l'Institut de la pertinence des actes médicaux (IPAM), qui permet de développer un vaste programme de formation. Puis, une subvention renouvelée de la Fondation RBC, qui permet de

soutenir les initiatives destinées aux résidents et aux étudiants en médecine. Par la recherche active de subventions, nous tentons d'assurer au PAMQ un financement stable et durable, afin de pouvoir continuer à répondre aux besoins de la communauté médicale.

En terminant, j'aimerais souligner le départ du D^r Claude Thibeault en tant que président du conseil d'administration de la Fondation du PAMQ, après sa dissolution. Membre fondateur de l'organisme, il a consacré plus de 30 ans à la cause du PAMQ. Nous lui exprimons notre profonde gratitude pour son engagement exceptionnel, qui nous a permis de concrétiser notre mission. Enfin, je tiens à saluer la détermination et le dévouement de tous les membres de l'équipe. Ensemble, en combinant nos forces, nous réalisons de grandes choses. Votre engagement continu est la clé de notre succès collectif.

1. Loi modernisant des dispositions législatives en matière de protection des renseignements personnels

Être à l'écoute des besoins de la communauté médicale

Marie-Chantale Brien, M.D., directrice de l'intervention, de la prévention et de la recherche, et médecin-conseil

Les changements qui ont marqué l'année 2023-2024 ont exigé une adaptation constante, tant au sein de notre équipe que de la communauté médicale. Les réformes du système de santé ont généré leur lot d'incertitudes et de défis pour les médecins, qui doivent composer avec des exigences croissantes et des moyens réduits. Ces préoccupations se sont reflétées non seulement dans l'actualité médicale, mais également dans les motifs de consultation de la clientèle. Nous avons remarqué une augmentation de la fréquence des cas d'épuisement professionnel, de harcèlement, de détresse morale, ainsi que des répercussions à la suite d'erreurs, de poursuites et de plaintes.

Nous avons également constaté l'émergence de nouveaux types de demandes d'aide. Alors que les demandes portant sur la prévention augmentent de manière générale, les chefs de service et de département sont plus nombreux à nous solliciter pour des interventions à caractère préventif, souhaitant par exemple améliorer la communication ou encore le climat de travail au sein de leurs équipes.

Pour répondre à ces nouveaux besoins, nous avons réorganisé le travail et les ressources afin d'offrir des interventions adaptées. En plus d'enrichir notre banque de ressources professionnelles, nous avons élargi l'offre de conférences en intégrant de nouveaux sujets en phase avec les préoccupations des groupes qui nous sollicitent. Pour des thèmes comme le leadership et la gestion de conflit, nous avons fait appel à des experts externes.

D'ailleurs, nous collaborons avec un nombre croissant de partenaires, ce qui nous permet d'élargir la portée de nos interventions grâce à la complémentarité de nos champs d'expertise. Nous sommes ainsi en mesure de proposer des actions mieux ciblées et d'approfondir le contenu de nos ateliers. Certaines alliances favorisent un échange précieux des connaissances quant aux meilleures pratiques relatives à la santé des médecins et au soutien par les pairs. D'autres nous offrent des occasions de sensibiliser divers acteurs du secteur de la santé aux défis des médecins et de présenter les interventions les mieux adaptées pour y faire face.

Au nombre de nos collaborateurs, nous comptons l'Association canadienne de protection médicale (ACPM), l'Association

médicale canadienne (AMC), le Collège des médecins du Québec, les facultés de médecine universitaires et leurs bureaux d'aide respectifs, les fédérations médicales du Québec, ainsi que des programmes d'aide canadiens, américains et européens, pour ne nommer que ceux-là.

En définitive, au PAMQ, nous avons la chance de pouvoir compter sur une équipe de professionnels engagés dont l'expertise est diversifiée et complémentaire. Leur capacité à s'ajuster aux besoins et à l'évolution du monde médical constitue notre plus grande force, ce qui nous a permis de rester pertinents depuis près de 35 ans. Avec cette capacité de prévoir et de nous adapter, nous sommes non seulement prêts à aborder les enjeux présents, mais aussi résolument tournés vers l'avenir.



Un grand merci au cofondateur du PAMQ, le D^r Claude Thibeault !

Alain Bestavros, M.D., président du conseil d'administration
Nicolas Ledoux, directeur général

Alors que le PAMQ s'apprête à célébrer ses 35 ans, il est essentiel de souligner le chemin parcouru grâce au dévouement de personnes qui ont cru en la nécessité d'aider les médecins en difficulté. En 1987, le D^r André Lapierre, alors directeur général adjoint du Collège des médecins du Québec, rencontrait le D^r Claude Thibeault, président du comité des services de l'Association des médecins de langue française, aujourd'hui connue sous le nom de Médecins francophones du Canada, pour discuter des moyens d'aider leurs collègues en difficulté. Ensemble, ils font germer l'idée d'un programme d'aide conçu spécialement pour les médecins, idée autour de laquelle se sont ensuite ralliées la Fédération des médecins omnipraticiens du Québec, la Fédération des médecins spécialistes du Québec et la Fédération des médecins résidents du Québec. C'est ainsi

qu'est né le Programme d'aide aux médecins du Québec en 1990.

Pour le D^r Thibeault, ce moment marque le début d'un engagement soutenu et inspirant. Président du conseil d'administration dès l'incorporation du PAMQ en 1990, il occupera ce poste jusqu'en 2005. Par la suite, il se tourne vers la Fondation du PAMQ, où il agit d'abord à titre de vice-président, puis comme président du conseil d'administration en 2019. Il conservera ce poste jusqu'en mars 2023, au moment de la dissolution de la Fondation pour regrouper l'ensemble des activités philanthropiques sous le PAMQ. Pendant toutes ces années, il a œuvré avec dévouement pour soutenir la cause, veillant à doter le PAMQ des ressources financières essentielles pour mener à bien sa mission.

Ceux et celles qui ont côtoyé le D^r Thibeault le décrivent comme quelqu'un de chaleureux, toujours prêt à aider, avec un esprit vif et un bon sens de l'humour. Nous lui exprimons notre profonde gratitude pour son engagement indéfectible envers le PAMQ depuis sa création. Par sa passion et sa détermination, il a contribué à l'essor de l'organisation et à faire reconnaître l'importance de la santé des médecins, ainsi que celle de l'entraide entre collègues.

Alors qu'il s'apprêtait à transmettre le flambeau de la présidence du conseil d'administration, en 2005, le D^r Thibeault imaginait un avenir pour le PAMQ qu'il espérait « solide, prometteur et rassurant ». Vingt ans plus tard, nous pouvons affirmer sans l'ombre d'un doute que son souhait s'est concrétisé. Aujourd'hui, le PAMQ jouit d'une solide reconnaissance et son avenir demeure assurément prometteur, grâce à toutes les personnes engagées qui font vivre et avancer sa mission.

Le D^r Claude Thibeault,
M. Nicolas Ledoux et le
D^r Alain Bestavros.



À propos du PAMQ

Créé en 1990, le Programme d'aide aux médecins du Québec (PAMQ) est un organisme sans but lucratif qui offre aux membres de la communauté médicale québécoise un service d'aide indépendant, fondé sur l'approche du soutien par les pairs, c'est-à-dire par des médecins, pour des médecins.

Par des médecins,
pour des médecins.

Des médecins en santé, pour une pratique médicale durable au bénéfice de tous

Le PAMQ a pour mission de venir en aide, dans le plus grand respect de la confidentialité, à tous les médecins, résidents et étudiants en médecine aux prises avec une situation qui peut nuire à leur santé psychologique et globale.

Les services sont assurés par des médecins-conseils qui comprennent les défis propres à l'exercice de la profession et qui ont à cœur de soutenir leurs collègues en difficulté dans la recherche de solutions pour retrouver la santé et une pratique saine.

En plus d'offrir des services de soutien-conseil, l'organisme conçoit et met en œuvre des programmes de prévention en matière de santé psychologique, tout en contribuant à la recherche.

Les médecins-conseils

Médecins de famille ou spécialistes, les médecins-conseils ont chacun en moyenne dix ans d'expérience à titre de cliniciens. Par leur formation et leur expérience clinique, ils connaissent le système de santé, la culture médicale, le parcours universitaire et les divers milieux de pratique. Cette connaissance approfondie du monde médical leur permet de comprendre les diverses facettes d'un problème et surtout, de proposer des solutions réalistes.

Protection des renseignements personnels

Le PAMQ assure la confidentialité des renseignements personnels recueillis dans l'ensemble de ses activités. Les informations suivantes constituent notamment des renseignements personnels confidentiels : le fait d'avoir consulté, les informations partagées par les personnes faisant appel à ses services de même que leur identité, ainsi

que l'entièreté du dossier relatif à la consultation. La collecte, la conservation et l'utilisation de ces renseignements au sein du PAMQ sont conformes aux normes et aux lois applicables en matière de protection des renseignements personnels.

Administration

Chaque année, le PAMQ s'efforce d'optimiser ses processus afin d'assurer un fonctionnement efficace de l'organisation. Au cours de l'exercice 2023-2024, se terminant le 31 mai, les efforts ont principalement porté sur le

renforcement de la sécurité des données, conformément aux nouvelles exigences légales, ainsi que sur l'intégration d'améliorations technologiques pour mieux soutenir nos activités.

Voici les principales initiatives du dernier exercice :

1 Élaboration et mise en œuvre de notre **Politique de sécurité et de confidentialité de l'information et sur la protection des renseignements personnels**, tel qu'il est prescrit par la Loi 25.

4 Démarche amorcée avec Pôle santé HEC Montréal afin de déterminer et de mettre en place des **indicateurs de performance** pertinents alignés sur nos objectifs stratégiques pour mieux évaluer et suivre nos activités d'intervention et de prévention.

2 Mise en place de la **Directive sur l'utilisation des outils technologiques** et de notre **Politique relative à la gestion des dossiers clients** dans le but de renforcer les standards de confidentialité du PAMQ.

5 Actualisation de la **Politique de prévention et de prise en charge du harcèlement et autres situations problématiques** dans le souci d'assurer un milieu de travail et de vie sain et sécuritaire.

3 Démarrage d'un **dossier client électronique** afin de numériser l'ensemble des activités d'intervention, de prévention et de recherche dans l'optique d'assurer une gestion optimisée des données, une traçabilité accrue et un respect rigoureux des normes de qualité et de confidentialité. Le déploiement est prévu au début de 2025.



Intervention

Au cours de l'exercice 2023-2024, le nombre de nouvelles demandes d'aide individuelle a diminué, rejoignant les seuils observés en 2020-2021, une période où les demandes s'étaient stabilisées en raison de la mobilisation massive des soignants face à la pandémie de COVID-19. Cependant, le nombre de clients ayant fait l'objet d'un suivi est demeuré stable, ce qui peut être attribuable à la complexité accrue des enjeux des clients après la pandémie, nécessitant un accompagnement plus long.

Par ailleurs, les demandes d'intervention de groupe et les demandes pour aider un collègue ont aussi diminué. Notons que nous avons observé un transfert notable de ces demandes vers la prévention, reflétant une approche plus proactive et collective des enjeux de bien-être.

Au total, 2 255 médecins ont bénéficié d'une aide du PAMQ en 2023-2024, soit une baisse de 6 % par rapport à l'exercice précédent.

L'intervention en chiffres

Soutien-conseil individuel

2 151

Demandes reçues durant l'année et demandes d'une année précédente en cours de suivi

Interventions de groupe en milieu de travail

42

Personnes rencontrées durant l'année

Soutien-conseil pour aider un collègue

62

Demandes reçues durant l'année

Total

2 255

Personnes ayant bénéficié d'une aide

Motifs de consultation

Difficultés d'ordre professionnel

- Épuisement professionnel
- Surcharge et organisation du travail
- Contexte conflictuel au travail
- Plainte ou processus d'enquête
- Échec ou difficultés lors d'examens ou de stages
- Situation de harcèlement ou d'intimidation
- Limitations dans l'accomplissement du travail
- Problèmes liés au vieillissement ou à la retraite
- Réorientation professionnelle

Difficultés d'ordre personnel

- Problèmes familiaux ou conjugaux
- Maladie physique
- Deuil
- Stress financier
- Violence conjugale

Problèmes de santé ayant une incidence sur la santé psychologique

- Troubles anxieux
- Troubles de l'humeur
- Troubles du comportement alimentaire
- Troubles neurodéveloppementaux (TDAH, traits neuroatypiques, etc.)

Problèmes de dépendance

- Alcool
- Médicaments
- Drogues
- Sexe
- Jeux de hasard et d'argent
- Écrans

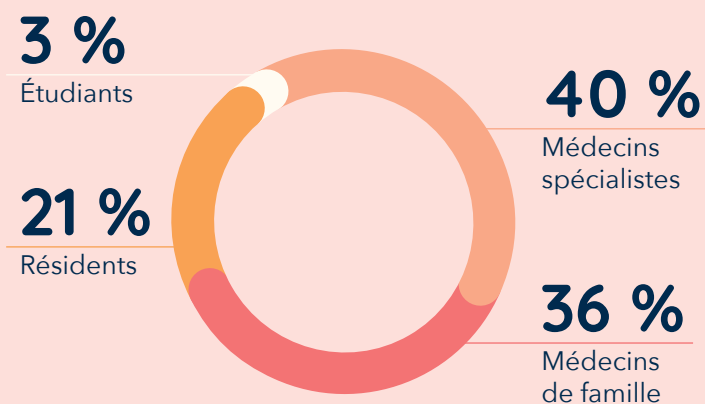
Utilisation des services d'intervention (2019-2024)

| Exercices terminés le 31 mai | 2019-2020 | 2020-2021 | 2021-2022 | 2022-2023 | 2023-2024 |
|-------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| Soutien-conseil individuel | | | | | |
| demandes reçues durant l'année | 679 | 850 | 1 046 | 976 | 870 |
| demandes d'une année précédente en cours de suivi | 1 048 | 1 001 | 1 056 | 1 301 | 1 281 |
| Soutien-conseil pour aider un collègue | | | | | |
| demandes reçues durant l'année | 88 | 89 | 57 | 77 | 62 |
| Intervention de groupe en milieu de travail | | | | | |
| personnes rencontrées durant l'année | 62 | 122 | 101 | 54 | 42 |
| Nombre total de personnes ayant bénéficié d'une aide | 1 877 | 2 062 | 2 260 | 2 408 | 2 255 |

Nouvelles demandes d'aide

Répartition des demandes d'aide (2023-2024)

Exclut les demandes pour aider un collègue



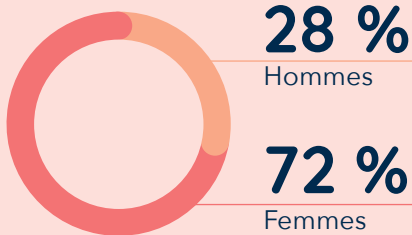
4,3 %

des médecins et résidents du Québec ont fait appel aux services d'interventions du PAMQ au cours de l'exercice 2023-2024.

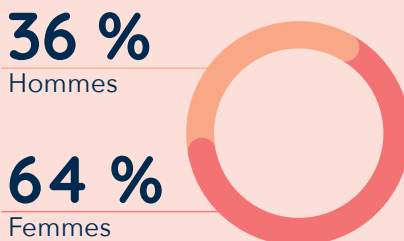
Répartition des hommes et des femmes au sein de la clientèle (2023-2024)

Exclut les demandes pour aider un collègue et les personnes rencontrées en milieu de travail

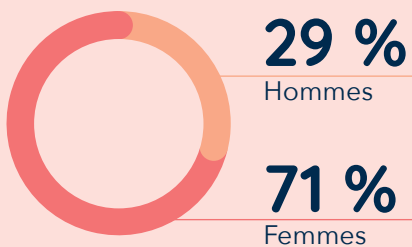
Médecins de famille



Médecins spécialistes

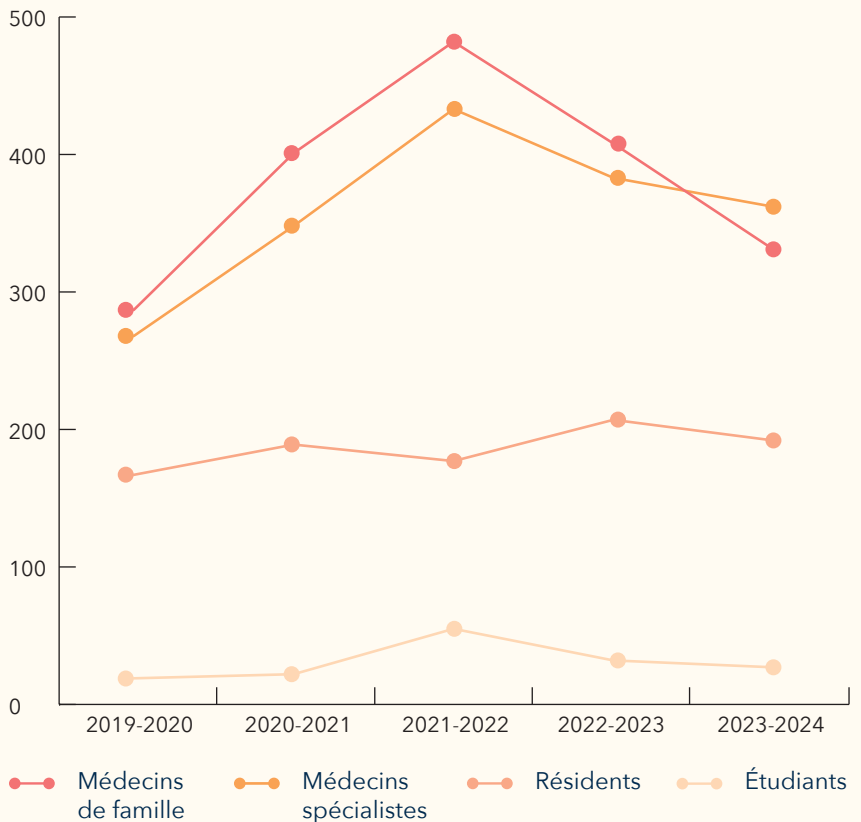


Résidents



Évolution des demandes d'aide de 2019 à 2024

Exclut les demandes pour aider un collègue



Comme le montre le graphique, nous observons une diminution des demandes d'aide de la part des médecins de famille au cours du dernier exercice.

Âge moyen de la clientèle (2023-2024)

Exclut les demandes pour aider un collègue et les personnes rencontrées en milieu de travail

| | PAMQ | Médecins au Québec* |
|-----------------------|-----------|---------------------|
| | 2023-2024 | 2023 |
| Médecins de famille | 42,2 | 47,7 |
| Médecins spécialistes | 44,2 | 49,6 |
| Résidents | 29,0 | -- |
| Étudiants | 27,9 | -- |

* Âge moyen pour le Québec – Données du CMQ au 31 décembre 2023

Par rapport à la moyenne d'âge des médecins au Québec, les médecins de famille et les médecins spécialistes qui font appel au PAMQ ont en moyenne environ cinq ans de moins.

Taux de prévalence des demandes d'aide sur trois ans : comparatif par région*

Exclut les demandes pour aider un collègue et les personnes rencontrées en milieu de travail

Pour 1000 médecins (médecins de famille et médecins spécialistes seulement)

| Région | Prévalence sur trois ans | |
|--------------------------------------------------|--------------------------|------------|
| | 2018-2021 | 2021-2024 |
| Bas-St-Laurent – Gaspésie – Îles-de-la-Madeleine | 89 | 114 |
| Saguenay – Lac-Saint-Jean | 51 | 126 |
| Québec | 82 | 112 |
| Mauricie – Centre-du-Québec (Bois-Francs) | 87 | 106 |
| Estrie | 87 | 136 |
| Laval | 64 | 70 |
| Montréal | 82 | 97 |
| Outaouais | 60 | 65 |
| Abitibi-Témiscamingue | 50 | 119 |
| Côte-Nord – Nord-du-Québec | 103 | 79 |
| Chaudière-Appalaches | 68 | 123 |
| Laurentides – Lanaudière | 67 | 89 |
| Montérégie | 77 | 110 |
| Hors-Québec | 7 | 6 |
| Inconnu | 0 | 0 |
| Prévalence provinciale | 76 | 101 |

*Selon les données du Collège des médecins du Québec au 31 décembre 2023

Les taux de prévalence sont présentés sur une période de trois ans afin de renforcer la confidentialité. Dans certaines régions, le nombre de demandes d'aide est relativement faible et une présentation annuelle pourrait compromettre l'anonymat des personnes concernées. En regroupant les données, nous assurons une meilleure protection des informations sensibles.



Prévention et sensibilisation

Tandis que les demandes d'intervention ont légèrement diminué, notre engagement envers la prévention n'a cessé de croître. En effet, la prévention est essentielle pour réduire l'incidence des problèmes de santé psychologique et physique chez les médecins en abordant les facteurs de risque avant qu'ils ne se manifestent. Nos efforts à cet égard se traduisent par

une variété d'activités, notamment des conférences, des formations, des ateliers, la création d'outils et de ressources, ainsi que notre participation à des congrès médicaux et à des groupes de travail.

Au cours des dernières années, nous avons constaté une augmentation des demandes pour des activités de prévention, une tendance qui s'est accentuée

en 2023-2024. Au total, le nombre d'activités déployées, y compris celles réalisées dans le cadre de l'IPAM, a plus que doublé par rapport à l'exercice précédent. Afin de répondre adéquatement aux besoins des divers groupes qui nous ont sollicités, nous avons enrichi notre offre de conférences et développé de nouvelles thématiques.

Parmi les nouvelles conférences mises au point cette année, mentionnons :

- Gestion du stress et résilience : composantes individuelles, collectives et systémiques
- Les enjeux de la réforme sur les cliniciens : les enjeux psychologiques à considérer
- Prévenir la détresse morale

La prévention en chiffres

79

Conférences, ateliers et formations

5

Outils, guides et ressources

6

Kiosques

90

Total des initiatives en prévention

Cette année, le PAMO a tenu un kiosque d'information lors de six événements médicaux, ce qui nous a permis de créer des liens directs avec les médecins tout en faisant mieux connaître nos services. Notre participation à ces événements est une occasion d'affirmer notre présence au sein de la communauté médicale et notre engagement à son égard.

Affirmer notre présence et notre engagement

Au total, **2 643 personnes** ont participé à l'une ou l'autre des **79 activités** portant sur la prévention (conférences, ateliers et formations) tenues au cours de l'exercice.

Conférences, ateliers et formations

3

À l'intention des
étudiants

140 participants

40

À l'intention des
chefs médicaux

140 participants

6

À l'intention des
résidents

269 participants

30

Tous publics
(médecins)

2094 participants

Projet « Prendre soin de nos soignants pour mieux soigner »

Dans le cadre de l'IPAM, le PAMQ a obtenu du MSSS le mandat de développer un programme de soutien à l'intention des médecins spécialistes et de mobilisation des pairs aidants au sein des établissements de santé afin d'améliorer l'accès aux soins et la qualité des soins. D'une durée de trois ans, le mandat a pris effet le 1^{er} juin 2023.

Le projet comporte plusieurs volets, dont la formation des chefs médicaux, la création de programmes de formation continue pour les médecins spécialistes et la mise en œuvre de programmes de pairs aidants dans différents CISSS et CIUSSS. Il comprend également la création de protocoles d'intervention en situation de crise, à l'échelle nationale ou régionale.

Au cours de cet exercice, nous avons amorcé la création d'une série de formations et d'outils portant sur quatre thèmes principaux :

le leadership médical

le soutien entre pairs

un climat de travail sain et inclusif

la gestion des stressseurs

Dans ce cadre, nous avons développé la formation « Devenir médecin sentinelle » ainsi qu'une trousse de démarrage pour accompagner le déploiement d'un réseau de soutien dans les CISSS et les CIUSSS, prévu pour 2025.

Une première séance de formation pilote a été réalisée auprès d'une cohorte de médecins radiologues, tandis que 140 médecins leaders, représentant 17 régions administratives et 23 spécialités, ont suivi le programme de formation sur le leadership.

Des initiatives pour les apprenants

Le PAMQ renforce ses initiatives de prévention auprès des résidents et des étudiants en médecine, rendues possibles grâce au soutien financier de la Fondation RBC. Ces activités visent à faire connaître le PAMQ aux futurs médecins, à les outiller face aux défis de la pratique et à les aider à préserver leur bien-être.

Cette année, nous avons proposé aux apprenants trois nouvelles capsules vidéo portant sur les [erreurs médicales](#), la [connaissance de soi](#) et les [pièges du perfectionnisme](#). Afin d'accroître sa visibilité, le PAMQ a renforcé sa collaboration avec la Fédération médicale étudiante du Québec dans le but d'offrir

un plus grand nombre de conférences aux étudiants, et a également tenu deux kiosques d'information lors d'événements organisés par la Fédération des médecins résidents du Québec.

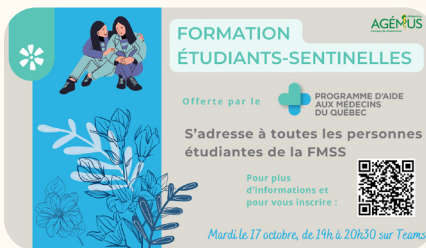


Étudiants

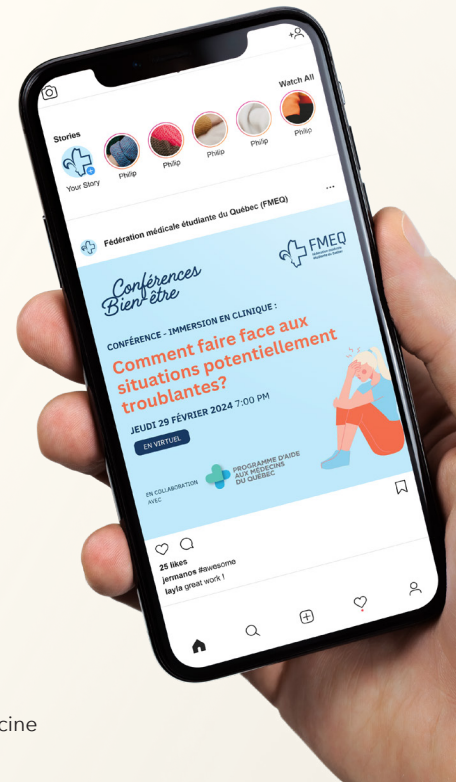
Le PAMQ a présenté deux nouvelles conférences aux étudiants. D'abord, « Étudiants sentinelles », une introduction à la pair-aidance, qui aborde l'importance de l'entraide et du soutien social durant les études de médecine. Elle prépare les participants à reconnaître les signes de détresse chez leurs pairs et à intervenir avec bienveillance pour les diriger vers les ressources disponibles.

Ensuite, « Immersion en clinique : Comment faire face aux situations potentiellement troublantes ? », qui prépare les étudiants à affronter des situations médicales difficiles, notamment en péripatant et en normalisant

les réactions potentielles face à celles-ci. Finalement, nous avons également présenté le PAMQ aux étudiants de l'Université de Montréal à l'occasion de la semaine-campus, comme nous le faisons chaque année depuis plus de cinq ans.



Source: Association générale étudiante de médecine de l'Université de Sherbrooke - AGÉMUS



Résidents

Au cours de l'exercice, 89 résidents de trois universités ont participé à cinq formations « Devenir résident sentinelle » données par le PAMQ. De plus, les résidents de première année de l'Université de Sherbrooke ont reçu la formation « Gestion du stress et résilience : composantes individuelles, collectives et systémiques ».



C'est avec une grande fierté et un sentiment d'accomplissement

que je regarde en arrière et constate les avancées réalisées ensemble au courant de la dernière année. J'estime que nos efforts conjoints ont permis d'atteindre des objectifs communs pour améliorer le bien-être et l'avenir de la communauté médicale provinciale et nationale.

Votre ouverture aux suggestions de la FMEQ, votre désir d'impliquer les personnes étudiantes en médecine et votre expertise ont été une source de motivation pour l'ensemble du conseil exécutif de la Fédération et le seront pour les équipes qui nous succéderont...



Maxime Bell

Président de la Fédération médicale étudiante du Québec, 2023-2024

Rayonnement

Promouvoir le PAMQ est essentiel pour établir des liens solides avec la communauté médicale et ses parties prenantes. L'objectif est aussi de faire connaître aux médecins les ressources et services à leur disposition, ainsi que l'expertise sur laquelle ils peuvent compter, tant individuellement que collectivement. Accroître la visibilité et la notoriété du PAMQ constitue d'ailleurs l'un des principaux objectifs de notre plan stratégique de 2022-2025.

Sondage auprès de la communauté médicale

Cette année, le PAMQ a mené son tout premier sondage auprès de la communauté médicale. Le but était de mieux comprendre les besoins et attentes envers l'organisme, tout en mesurant sa notoriété. Les données recueillies, analysées par une équipe de recherche de Pôle Santé HEC Montréal, permettront au PAMQ d'évaluer son offre de services et d'orienter ses actions futures.

Méthode

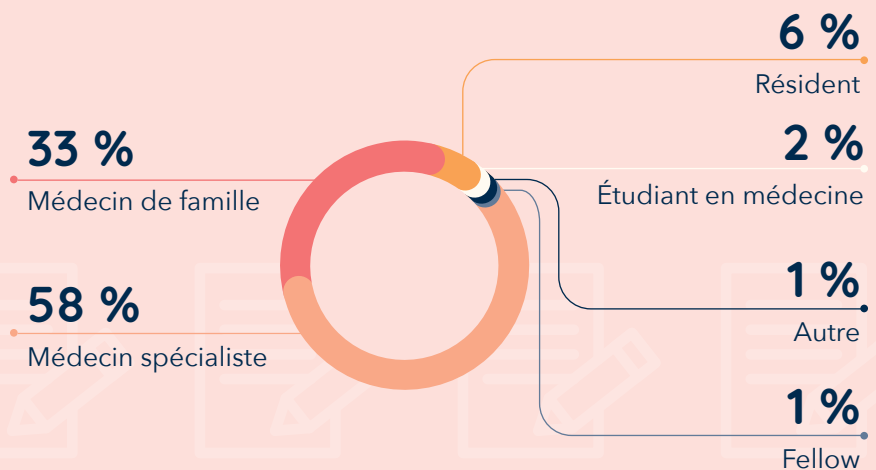
Le sondage du PAMQ, réalisé sur la plateforme Lime Santé, a été diffusé par l'entremise d'organisations et de regroupements médicaux entre le 14 février et le 6 mars 2024. Au total, 1 549 médecins, résidents et étudiants en médecine ont répondu au questionnaire, soit une excellente participation selon les experts de Pôle Santé HEC Montréal. Notons que la majorité des répondants n'avait

jamais consulté le PAMQ, ce qui concordait avec notre souhait de recueillir les perceptions de personnes n'étant pas des clients. Le questionnaire comprenait cinq sections : socio-démographie, connaissance et perceptions du PAMQ, attentes et besoins de la communauté médicale, financement et visibilité.

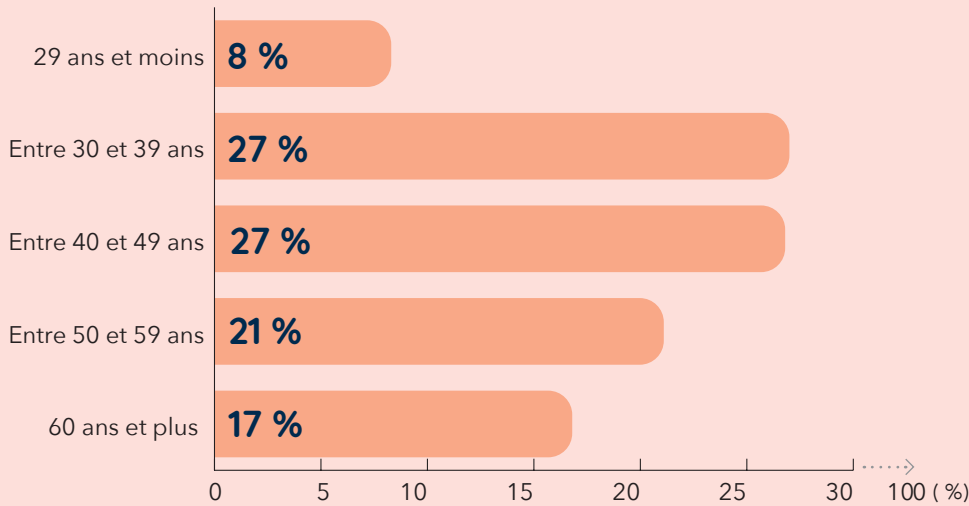
Notez que par souci de clarté, les pourcentages présentés dans les sections suivantes ont été arrondis.

Échantillon

Statut

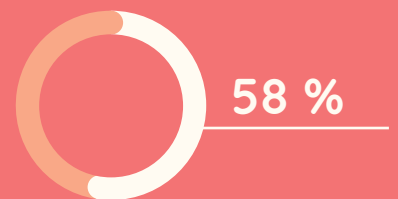


Âge

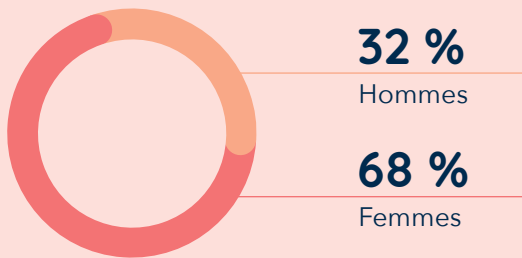


Un peu plus de la moitié de l'échantillon se situe dans une tranche d'âge entre 30 et 49 ans, et plus du tiers a 50 ans et plus.

Plus de la moitié de l'échantillon n'a jamais consulté le PAMQ.



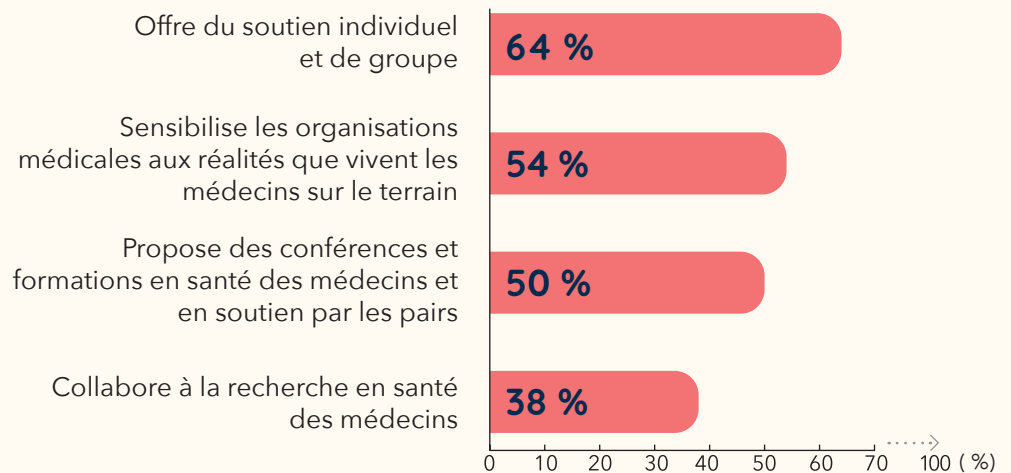
Genre



Faits saillants

1 Les services du PAMQ demeurent méconnus des médecins

Lorsqu'interrogés sur leur connaissance de divers services du PAMQ, les répondants avaient un taux de connaissance entre 38 et 64 %.



2

Parler à un médecin-conseil a une valeur ajoutée

Nous avons demandé aux répondants si le fait de parler à un intervenant médecin plutôt qu'à un intervenant non médecin avait une valeur ajoutée :

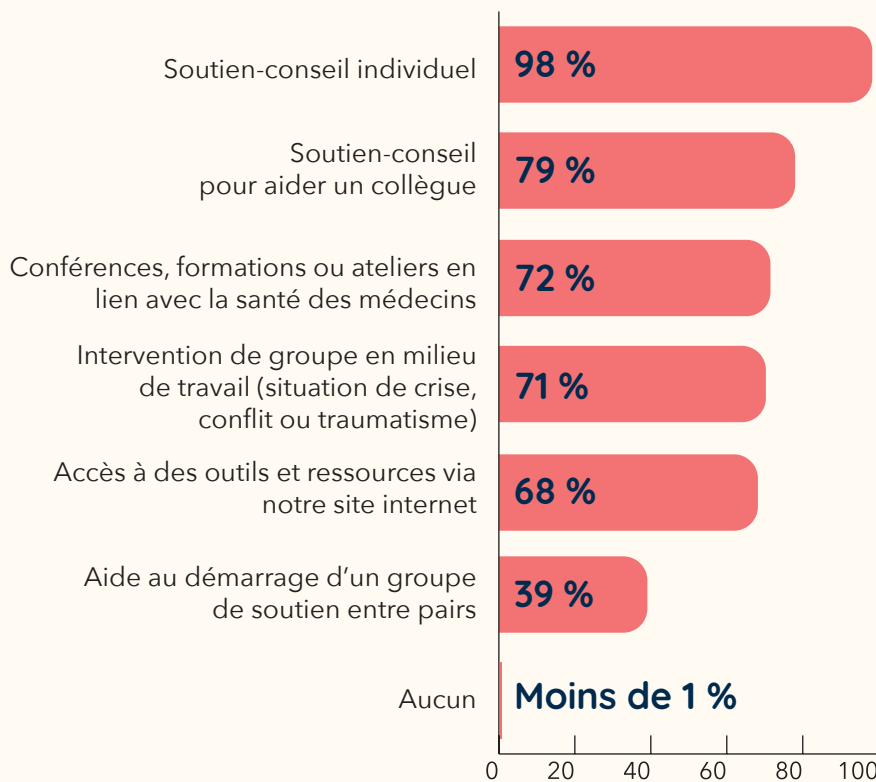
94 % ont répondu oui.

89 % des 1 287 commentaires reçus portaient sur la notion de « compréhension de la réalité des médecins ».

3

Le service de soutien-conseil individuel se démarque par sa pertinence

Nous avons invité les répondants à identifier les services actuels du PAMQ qu'ils considèrent comme pertinents.



98 % des participants ont affirmé que le soutien-conseil individuel constitue un service pertinent.



4

Les médecins veulent un accès facilité à d'autres professionnels

À la question « Quelle importance accordez-vous à ces aspects de l'offre de service actuelle du PAMQ ? », les répondants ont accordé plus d'importance à ces trois aspects :

96 %

L'accès à des **ressources professionnelles externes** (psychologue, psychiatre, ergothérapeute, conseiller financier, avocat, etc.) ;

96 %

L'expertise spécifique en **santé des médecins** et en **soutien entre pairs** ;

92 %

Retour d'appel en 24 h.

Autrement dit, les **médecins veulent un service rapide, adapté à leurs besoins spécifiques, mais aussi un accès facilité à d'autres professionnels.**

5

Le PAMQ répond aux principales attentes des médecins

Nous avons demandé aux répondants de nous indiquer leurs attentes envers le PAMQ, dans le cadre d'une question ouverte. Voici les éléments le plus fréquemment mentionnés, parmi les 1 549 commentaires récoltés :

Disponible

520

Soutenant

171

Rapide

201

Professionnel

130

Confidentiel

179

À l'écoute

91

Conclusion

Le modèle de programme de soutien par les pairs proposé par le PAMQ semble être conforme aux attentes de la communauté médicale. Par ailleurs, ce sondage offre de précieuses pistes de réflexion qui sauront guider l'élaboration de notre plan stratégique de 2025-2028. Nous remercions tous les répondants de leur contribution.

Valorisation de la médecine de famille

Avec d'autres organismes du milieu de la santé, le PAMQ prend part aux travaux de la **Table nationale de concertation sur la valorisation de la médecine de famille** mise sur pied en novembre 2023. Son rôle est de proposer des actions concrètes

pour améliorer le mieux-être professionnel des médecins de famille en tenant compte des facteurs psychosociaux du travail. C'est ainsi qu'il collabore, au sein d'un groupe de travail, à l'élaboration d'un plan d'action pour le mieux-être des médecins

de famille. Grâce à son expertise et à son regard privilégié sur la réalité des médecins, le PAMQ apporte un éclairage essentiel aux réflexions de la Table.



Les participants présents au lancement des travaux de la Table, le 14 novembre 2023.

Source photo : <https://www.fmoq.org/dossier-actualites/mobilisation-sans-precedent-pour-la-valorisation-de-la-medecine-de-famille/>

Conférence canadienne sur la santé des médecins – 7^e édition

« Travailler ensemble pour la pérennité et l'épanouissement du personnel de la santé »

Organisée conjointement par l'Association médicale canadienne et le PAMQ, cette conférence de deux jours, qui s'est tenue à Montréal en novembre 2023, a permis de rassembler 400 médecins et apprenants en médecine autour de la question du mieux-être professionnel. Les participants ont eu l'occasion de discuter des enjeux pressants de leur quotidien, tels que le fardeau administratif croissant et l'épuisement professionnel.

Des initiatives de recherche pratique ont été présentées, offrant de nouvelles perspectives pour améliorer le bien-être des médecins. En plus de prendre part à un panel, le PAMQ a présenté trois ateliers portant sur l'exposition clinique traumatique, la postvention et sa formation « Devenir résident sentinelle », respectivement. Une des allocutions d'ouverture a aussi été prononcée par la D^{re} Marie-Chantale Brien.



De gauche à droite (avant), la D^{re} Sandra Roman, coordonnatrice de la prévention et médecin-conseil, la D^{re} Claude Johnson, coordonnatrice de l'intervention et médecin-conseil, la D^{re} Marie-Chantale Brien, directrice de l'intervention, de la prévention et de la recherche, et médecin-conseil, et Mme Jasmine Mings, agente de liaison au PAMQ.

« Tête-à-tête entre médecins »

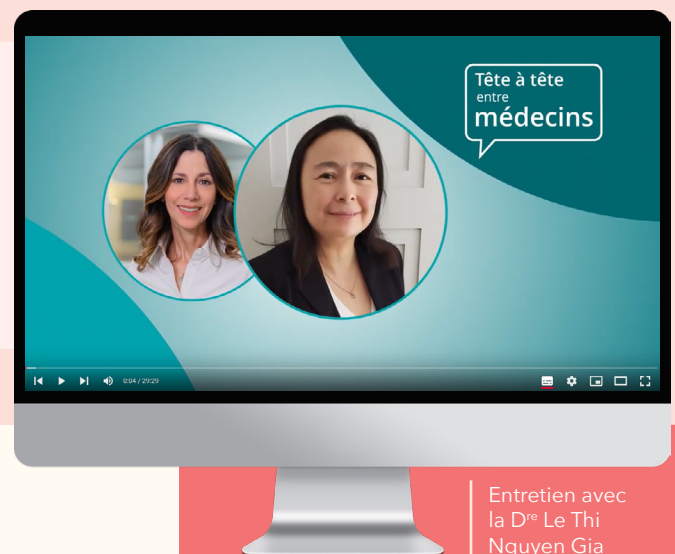
Dans le cadre d'une collaboration avec le Collège Royal des médecins et chirurgiens du Canada, la D^{re} Marie-Chantale Brien a animé une série d'entretiens intitulée « Tête-à-tête entre médecins », diffusée en format vidéo et en baladodiffusion. Ces échanges authentiques, centrés sur la résilience, mettent en lumière

des récits de médecins inspirants ayant surmonté divers défis. En partageant leurs expériences, ils offrent aux auditeurs des pistes de solution porteuses d'espoir, leur permettant de maintenir leur engagement malgré les défis du système de santé. Ces entretiens contribuent non seulement à déstigmatiser le besoin de s'ouvrir sur nos difficultés

et de demander de l'aide, mais aussi à instaurer entre médecins un sentiment d'humanité partagée. Trois entretiens ont été réalisés au cours de l'exercice, et au moins trois autres sont prévus en 2024-2025. L'écoute des épisodes permet d'obtenir des crédits de formation continue au Collège Royal des médecins et chirurgiens du Canada.

Les entretiens vidéo sont disponibles sur la chaîne Youtube du Collège Royal des médecins et chirurgiens du Canada.

- [Entretien avec la D^{re} Claire Gamache](#)
- [Entretien avec la D^{re} Le Thi Nguyen Gia](#)
- [Entretien avec la D^{re} Sophie Desindes](#)



Comités et groupes de réflexion

Le PAMQ continue de participer à différents comités et groupes de réflexion afin d'échanger sur des questions liées à la santé des médecins et de trouver des solutions collectives aux enjeux organisationnels et systémiques qui y sont associés.

- Groupe de réflexion en santé psychologique
- Comité statutaire et groupe d'échange avec le Collège des médecins du Québec
- Comité statutaire et groupe d'échange avec l'Association canadienne de protection médicale
- Comité mieux-être de la Fédération des médecins omnipraticiens du Québec
- Comité pour le Centre d'expertise des médecins examinateurs
- Groupe d'échanges avec les programmes d'aide canadiens et l'AMC
- Réseau universitaire pour la santé des résidents et des étudiants en médecine

Le PAMQ dans les médias

- « Syndrome de l'imposteur : comment en venir à bout » *Profession Santé*, mai 2024
- « Être bien préparé pour affronter des situations médicales déstabilisantes » *Profession Santé*, mars 2024
- « Enquêtes : les professionnels soumis à rude épreuve » *Profession Santé*, février 2024
- « Le PAMQ se soucie du bien-être des étudiants et résidents en médecine » *Profession Santé*, octobre 2023
- « Prévenir la détresse morale » *Le Spécialiste*, hiver 2023

Philanthropie

Les activités philanthropiques représentent une source de financement importante permettant au PAMQ de poursuivre sa mission. Non seulement elles viennent compléter les subventions et contributions reçues de la part des différents partenaires, y compris les fédérations médicales, mais elles jouent également un rôle essentiel pour le rayonnement de l'organisme et la promotion de ses services, tout en soutenant la réalisation de projets visant à les bonifier.

Le PAMQ organise chaque année deux activités-bénéfice : un tournoi de golf en été et une campagne de financement en automne.

Le D^r Claude Thibeault, ancien président des conseils d'administration du PAMQ et de la Fondation, le D^r Alain Bestavros, président du conseil d'administration du PAMQ, et Nicolas Ledoux, directeur général du PAMQ à l'occasion du 16^e Tournoi de golf des fédérations médicales



Tournoi de golf des fédérations médicales

Le 16^e Tournoi de golf des fédérations médicales au profit du PAMQ, qui a eu lieu en juillet 2023, a une fois de plus démontré la solidarité de la communauté médicale. L'événement-bénéfice, qui a réuni 124 joueurs, a permis

d'amasser la somme de 70 000 \$. Nous tenons à exprimer notre gratitude à tous les participants et partenaires pour leur présence et leur générosité, faisant de ce tournoi une réussite. Ce fut d'ailleurs une occasion spéciale

de souligner la contribution remarquable du D^r Claude Thibeault, cofondateur du PAMQ et ancien président des conseils d'administration du PAMQ et de la Fondation, successivement.



Le D^r Marc-André Amyot, président de la FMOQ, le D^r Vincent Oliva, président de la FMSQ, le D^r Cédric Lacombe, président de la FMRO, le D^r Alain Bestavros, président du conseil d'administration du PAMQ, et Mme Éolie Delisle, vice-présidente de la FMEQ.

70 000 \$

Campagne de financement

Lancée en novembre 2023, la campagne de financement a permis de réaliser un bénéfice de 104 639 \$. Grâce à la générosité des donateurs, nous sommes en mesure de renforcer notre soutien aux médecins du Québec en bonifiant nos services. Comme l'illustre si bien notre thématique « Donner, c'est recevoir. Quand vous donnez, c'est toute la profession qui reçoit », c'est toute la communauté qui bénéficie d'un PAMQ fort.

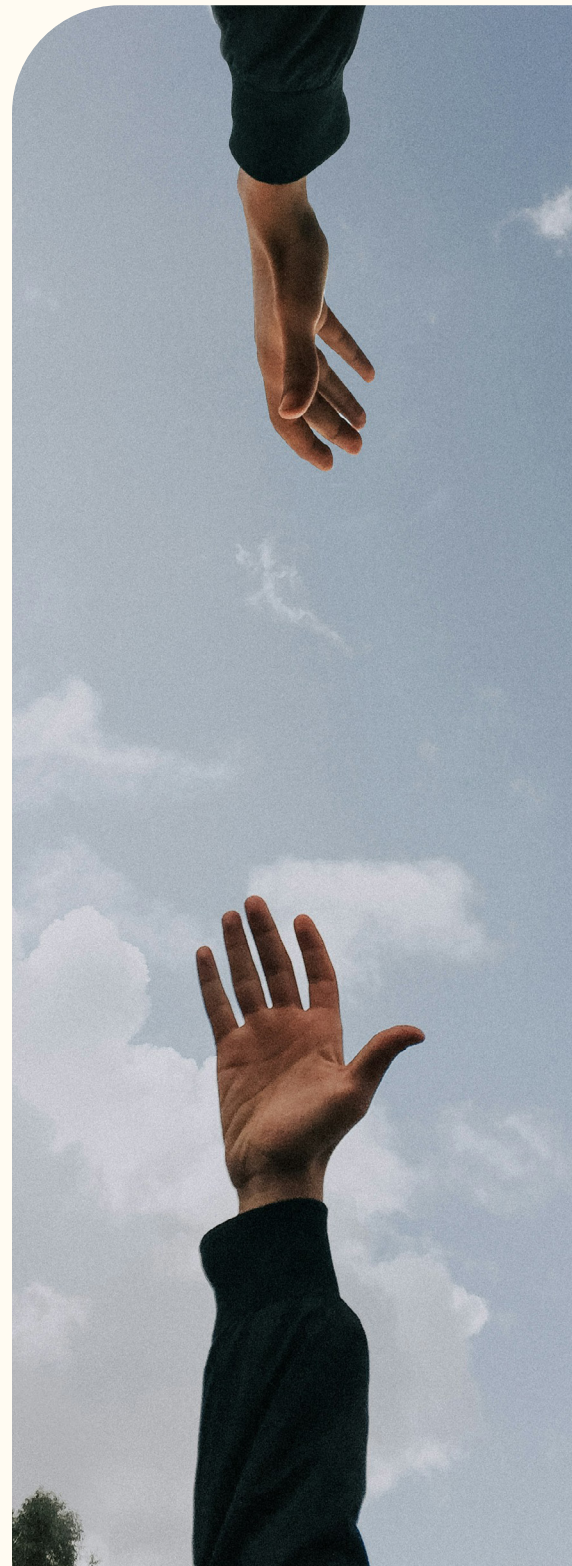
DONNER
c'est **RECEVOIR**

Quand vous donnez,
c'est toute la profession
qui reçoit.



Nous remercions
tous nos donateurs
pour leur précieux
soutien !

104 639 \$



Revenus

Pour l'exercice 2023-2024, se terminant le 31 mai, le PAMQ a enregistré des revenus totalisant 3 538 377 \$, soit une hausse de 7,4 % par rapport à l'exercice précédent. Une part significative de ces revenus, soit 1 725 000 \$, provient des ententes négociées par les fédérations médicales avec le MSSS, qui verse ce montant directement au PAMQ. Ces ententes, arrivées à échéance en mars 2023, sont en cours de renégociation. De plus, la FMOQ et la FMRQ ont versé des sommes additionnelles de 100 000 \$ et 125 000 \$, respectivement.

En parallèle, le PAMQ a reçu un dernier versement de 250 000 \$, conformément à l'entente conclue en 2021 avec la Banque Scotia, l'Association médicale canadienne et Gestion financière MD. À cela s'ajoute une somme de 250 000 \$, versée grâce aux ententes entre la FMOQ, la FMSQ et ces mêmes partenaires, chacune de ces fédérations ayant choisi de remettre leur subvention de 125 000 \$ au PAMQ. Ces ententes prendront fin au cours de l'exercice financier 2024-2025.

Par ailleurs, la Fondation RBC a renouvelé pour une troisième année son soutien, sous la forme d'une subvention de 30 000 \$ destinée à financer des projets pour les résidents et étudiants en médecine.

Enfin, les activités philanthropiques du PAMQ ont généré près de 300 000 \$.

| Source | Montant | Fin de l'entente | % des revenus |
|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------|---------------|
| Subventions annuelles | | | |
| FMSQ-MSSS | 925 000 \$ | 2023 | 26 % |
| FMOQ-MSSS | 700 000 \$ | 2023 | 20 % |
| FMRQ-MSSS | 100 000 \$ | 2021 | 3 % |
| FMOQ | 100 000 \$ | | 3 % |
| FMRQ | 125 000 \$ | | 4 % |
| Médecins francophones du Canada | 1 000 \$ | | 0 % |
| Sous-total | 1 951 000 \$ | | 55 % |
| Contributions ponctuelles | | | |
| IPAM | 270 629 \$ | | 8 % |
| Banque Scotia – Association médicale canadienne – Gestion financière MD | 250 000 \$ | 2024 | 7 % |
| FMSQ | 125 000 \$ ² | 2024 | 4 % |
| FMOQ | 125 000 \$ ² | 2024 | 4 % |
| Groupe Pasteur Mutualité (France) | 75 000 \$ | | 2 % |
| Fondation RBC | 30 000 \$ | | 1 % |
| Sous-total | 875 629 \$ | | 25 % |

2. Provenant de l'entente entre la fédération médicale et Banque Scotia – Association médicale canadienne – Gestion financière MD

| Source | Montant | Fin de l'entente | % des revenus |
|--------------------------|-------------------------|------------------|---------------|
| Philanthropie | | | |
| Activités de financement | 297 590 \$ | | 8 % |
| Fondation du PAMQ | 194 344 \$ ³ | | 5 % |
| Sous-total | 491 934 \$ | | 14 % |
| Autres | | | |
| Autres | 171 901 \$ | | 5 % |
| Conférences | 47 913 \$ | | 1 % |
| Sous-total | 219 814 \$ | | 6 % |
| Total | 3 538 377 \$ | | 100 % |

3. Solde résiduel lié à la dissolution de la Fondation

Dépenses

Les dépenses sont en hausse de 14 % par rapport à l'an dernier. Cette hausse est attribuable en grande partie à l'intensification de nos activités de prévention, y compris celles réalisées dans le cadre du mandat de l'IPAM financé par le MSSS.

Les dépenses liées à l'administration ont augmenté d'un peu plus de 16 %, principalement en raison des démarches entreprises pour se conformer aux exigences de la Loi 25 et du rétablissement d'un poste d'adjointe administrative.

Mentionnons également un transfert de certaines dépenses, dont les honoraires des médecins, de la catégorie de l'intervention vers celle de la prévention, ce qui se traduit par une baisse de 9,5 % des dépenses liées à l'intervention.

22 %

Administration

51 %

Intervention



16 %

Prévention

7 %

Communications

4 %

Philanthropie

Pour obtenir un exemplaire des états financiers du PAMQ, veuillez en faire la demande par courriel à :

info@pamq.org

Conseil d'administration au 31 mai 2024

Nous soulignons l'arrivée du D^r Pascal Renaud en février 2024 en remplacement de la D^{re} Josée Bouchard. Le D^r Renaud est l'un des deux représentants de la FMOQ au sein du conseil d'administration.

D^r Alain Bestavros, président

Membre désigné, Fédération des médecins spécialistes du Québec

D^r Jacques G. Bergeron, vice-président

Membre désigné, Fédération des médecins omnipraticiens du Québec

D^{re} Karine J. Igartua

Conseillère, conseil d'administration, Fédération des médecins spécialistes du Québec

M. Nicolas Ledoux, secrétaire

Directeur général, Programme d'aide aux médecins du Québec (membre non votant)

Mme Nicole Parent

Directrice générale, Médecins francophones du Canada

D^r Pascal Renaud

Secrétaire-trésorier, conseil d'administration, Fédération des médecins omnipraticiens du Québec

M^e Patrice Savignac Dufour, trésorier

Directeur général, Fédération des médecins résidents du Québec

D^r Alex Vignola

Vice-président, Fédération des médecins résidents du Québec, président, comité du bien-être des résidents

L'équipe du PAMQ au 31 mai 2024

M. Nicolas Ledoux

Directeur général

Mme Clémence Fleury

Adjointe administrative

Mme Sophie Champagne

Coordonnatrice de la comptabilité

D^{re} Marie-Chantale Brien

Directrice de l'intervention, de la prévention et de la recherche et médecin-conseil

D^{re} Claude Johnson

Coordonnatrice de l'intervention et médecin-conseil

D^{re} Sandra Roman

Coordonnatrice de la prévention et médecin-conseil

Mme Jasmine Mings

Agente de liaison

Mme Line Godin

Agente à l'accueil

M. Olivier Gras

Agent à l'accueil

Mme Sophie Lussier

Directrice des communications

Mme Josée-Raphaële Brodeur

Agente de communications

Médecins-conseils au 31 mai 2024 (à temps partiel)

D^{re} Marie-Alice Audet Casgrain

D^{re} Karine Boucher

D^{re} Renée Carignan

D^{re} Mendy Côté

D^{re} Josiane D'Amico

D^{re} Sofia El Kahel

D^{re} Pascale Hudon

D^{re} Martine Landry

D^{re} Christiane Lantagne

D^r Denis Lefebvre

D^r Alexandre Ouellet

D^{re} Marie-Chantal Piché

D^{re} Josée Provencher

D^{re} Sylvie Rhéaume

D^r Yves Tremblay

D^{re} Marie-France Villiard

23
24



**PROGRAMME D'AIDE
AUX MÉDECINS
DU QUÉBEC**

1, boul. René-Lévesque E. Bureau 200
Montréal (Québec) H2X 3Z5
www.pamq.org