

## CONFÉRENCE EN APRÈS-MIDI

Activité de formation admissible pour les UFC auprès de l'ODQ  
(Dentistes et équipes dentaires)

**LE VENDREDI 12 MARS 2021 de 13h00 à 16h00**  
**Formation en direct**  
**Sous forme de Webinaire**

**Sujet :** **Résilience et bien-être psychologiques en période de pandémie.**

**Conférencière :** **Mme Rachel Thibeault, docteure en psychologie et ergothérapeute, Spécialiste en résilience psychologique.**

Cette présentation abordera principalement le vécu des intervenants dans le domaine de la santé en période de pandémie, les grands écueils à éviter pour maintenir un sain équilibre psychologique ainsi que les stratégies pour optimiser la résilience. Les données mises de l'avant proviennent à la fois d'études pertinentes publiées depuis mars 2020 et d'observations recueillies par sondage, ou entretiens auprès de nombreux intervenants québécois depuis le début de la pandémie. Aux fins de cette conférence, les grands écueils et leurs stratégies associées seront regroupés en 3 catégories :

1. les écueils et stratégies individuelles d'ordre physique,
2. les écueils et stratégies individuelles d'ordre psychologique,
3. les écueils et stratégies collectives d'ordre organisationnel.

Les contenus de la première catégorie porteront sur les enjeux physiques associés à l'accroissement du stress et à la sédentarité plus marquée. Les contenus de la deuxième catégorie exploreront les différents modes d'engagement au travail en situation de crise, leurs conséquences diverses sur la santé physique et psychologique, de même que des suggestions de mesures à adopter afin de consolider sa résilience. La troisième catégorie, qui repose sur les travaux récents de Shanafelt (2020), mettra en lumière les besoins psychologiques de base auxquels une organisation doit répondre en période de crise afin de promouvoir l'intégrité psychologique de ses intervenants.

Inscription / page 2



SOCIÉTÉ DENTAIRE  
DE L'ESTRIE

**BILLET RÉPONSE – CONFÉRENCE**  
**Webinaire en direct**  
**Le vendredi 12 mars 2021 de 13h00 à 16h00**

Le lien Internet vous parviendra par courriel quelques jours avant l'événement.  
Veuillez confirmer votre présence **AVANT le 5 MARS** en communiquant avec Pauline :  
Par tél. : 819 578-7007 ou par courriel : [sdepauline@sympatico.ca](mailto:sdepauline@sympatico.ca)

NOM DE LA CLINIQUE : \_\_\_\_\_ Tél. \_\_\_\_\_

DENTISTE PRÉSENT :

ADRESSE COURRIEL :

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

ÉQUIPE DENTAIRE :

ADRESSE COURRIEL :

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_