

Créneau médecine par le mode de vie (ou Lifestyle medicine)

Nouveau créneau débutant à l'automne 2022 et qui s'adresse aux résidents du programme de résidence en médecine familiale de l'Université Laval



En quoi consiste cette formation?

La médecine par le mode de vie repose sur six piliers qui seront abordés dans ce créneau soit : l'activité physique, l'alimentation, la gestion du stress, le sommeil, les connexions sociales et la réduction ou l'élimination des substances à risque (ex. : alcool, tabac, drogues).

Pourquoi ce créneau?

- Développer son expertise pour travailler en prévention de certaines maladies auprès de ses patients.
- Apprendre à amoindrir, traiter et même renverser le fardeau des maladies en place par des moyens autres que la médication.
- Travailler en partenariat avec les professionnels de son milieu à l'enseignement aux patients en groupe interdisciplinaire.
- Devenir un modèle de rôle auprès des collègues de son milieu actuel et futur.

Activités pédagogiques

- Programme de formation longitudinal et sur mesure équivalent à un mois de stage intégré* dans votre cursus.
 - Temps libéré pour la formation modulaire (environ 40 h) de l'*Institute for Lifestyle Medicine* qui couvre les 6 piliers de la médecine par le mode de vie.
 - Interventions cliniques (counseling) auprès de patients ciblés et exposition à des cliniques dédiées à la promotion des saines habitudes de vie.
- Réseautage et mentorat : rencontres bimensuelles avec des MD certifiés en médecine par le mode de vie et une équipe multidisciplinaire avec une expertise diversifiée. Ces rencontres serviront à mettre en commun les expériences et apprentissages de tous.
- Si désiré, au terme de ce créneau, possibilité d'effectuer l'examen de certification de l'*American College of Lifestyle Medicine*.

*En remplacement d'un mois de stage en médecine familiale ou d'un mois de stage à option ou d'un mois de stage en région (pour les résidents de région).

Renseignements

- Vous pouvez nous rejoindre via l'adresse : programme-medfam@fmed.ulaval.ca
- Pour postuler (places limitées à 20 résidents) : avant le 15 septembre 2022.
- Acheminer à l'adresse ci-dessus votre CV et un courriel expliquant votre motivation.
- Les candidats retenus seront contactés avant le 15 octobre 2022.