

BOTTIN DES RÉSIDENTS SENTINELLES 2024-2025



Association des médecins
résident-e-s de Montréal

VOUS AVEZ BESOIN D'AIDE?
CE BOTTIN EST POUR VOUS!

Rédigé par Dr Alexandre Hudon, psychiatre
Mis à jour par Yin Nan Huang, VP bien-être AMRM 2024-2025

POUR VOUS RETROUVER

Rôle des résidents sentinelles.....	page 3
Quand demander de l'aide?.....	page 4
Comment nous reconnaître?.....	page 5
Bottin des résidents sentinelles par programme	
Allergie-immunologie et anesthésie	page 6
Cardiologie	page 7
Médecine familiale.....	page 8-15
Médecine interne tronc commun.....	page 16-23
Médecine interne générale.....	page 23
Obstétrique et gynécologie.....	page 24-25
ORL et pathologie.....	page 26
Pédiatrie.....	page 27
Physiatrie.....	page 28
Psychiatrie.....	page 29-30
Radiologie.....	page 30
Santé du travail et santé publique.....	page 31
Urologie.....	page 32
Ressources utiles.....	page 33

RÔLES DES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES

Tiré du Programme d'aide des médecins du Québec (PAMQ):

- 1 Premier répondant :** appliquer les principes des premiers secours psychologiques qui consistent en « une manière d'aider, qui nécessite de faire attention aux réactions de la personne, d'écouter activement et si besoin, de fournir une aide pratique pour remédier aux problèmes immédiats et aux besoins essentiels » (Source : Croix-Rouge).
- 2 Accompagnateur :** Aider à briser l'isolement et offrir son soutien à ses collègues. Chaque personne demeure responsable de ses réactions et de ses choix.
- 3 Navigateur:** Aider à orienter vers la bonne ressource, soit une aide plus spécialisée ou spécifique aux besoins de ses pairs.
- 4 Respecter ses propres limites :** Le résident sentinelle ne devient pas l'intervenant principal et encore moins le médecin traitant de son collègue. Il est primordial de bien établir ses limites et d'être rejoint comme « groupe de pairs-aidants » plutôt que de s'impliquer personnellement.

L'aide s'adresse à tout(e)s les résident(e)s et externes.

QUAND DEMANDER DE L'AIDE?

Voici une liste non-exhaustives de raisons pour demander l'aide d'un(e) résident(e) sentinelle :

- J'ai des **difficultés psychologiques** (ex. : anxiété, symptômes dépressifs, idéations suicidaires)
- J'ai des **difficultés relationnelles** d'ordre personnel ou professionnel
- Je cherche un psychologue, de l'aide académique, de l'aide médicale et **je ne sais pas à qui m'adresser**
- Je suis en **crise**
- J'ai des difficultés d'ordre **conciliation vie-travail**
- J'ai besoin de **ventiler**
- Je vie une **rupture amoureuse difficile**
- J'ai des enjeux de **toxicomanie, de jeu compulsif**
- J'ai des **dettes**
- Je vie une situation de **parentalité** et je cherche des ressources
- Je me sens **isolé** pendant la résidence
- Je vis des situations **d'intimidation et/ou de harcèlement**
- Je suis **inquiet pour un(e) collègue**

 Si l'une des situations s'applique à vous et que vous aimeriez avoir du soutien de la part d'un(e) pair(e) ou vous familiariser davantage avec les ressources disponibles, n'hésitez pas à écrire à un(e) résident(e) sentinelle via le bottin ou via notre adresse courriel officielle : **bienetreamrm@gmail.com**. Toutes les prises de contacts sont confidentielles.

COMMENT RECONNAÎTRE UN(E) RÉSIDENT(E) SENTINELLE?

* Via leur Macaron



* Via leur signature



* Via le bottin des résidents sentinelles



**Vous pouvez
contacter n'importe
quel(le) résident(e)
sentinelle!**

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

A

Allergie-Immunologie



Nom: Danny Barriault (il)

Année de résidence: R5

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel:

danny.barriault@umontreal.ca



Facebook: Danny Barriault

Anesthésie



Nom: Trystan Gadbois (il)

Année de résidence: R2

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel:

Trystan.gadbois@umontreal.ca



Facebook: Trystan Gadbois

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

C

Cardiologie



Nom: Christine Vu (elle)

Année de résidence: R4

Milieu principal: CHUM/ICM/HSCM

Contact:



Adresse courriel:

christine.vu.1@umontreal.ca



Facebook: Christine Vu



Nom: Radbod Pilehvar (il)

Année de résidence: R4

Milieu principal: CHUM/ICM/HSCM

Contact:



Adresse courriel:

radbod.pilehvar@umontreal.ca



Facebook: Radbod Pilehvar

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

M

Médecine familiale



Nom: Charlotte Maheu-Savard (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: CUMF Bordeaux Cartierville

Contact:



Adresse courriel:

charlotte.maheu-savard@umontreal.ca



Facebook: Cha Mh-Svrd



Nom: Émilie-Renaud Charest (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: GMF-U Bordeaux-Cartierville

Contact:



Adresse courriel :

emilie.renaud-charest@umontreal.ca



Facebook: Émilie Renaud-Charest



Nom: Victoire Grosfil (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: Verdun

Contact: 514-424-8745



Adresse courriel:

victoire@grosfils.com



Facebook: Victoire Grosfils

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

M

Médecine familiale



Nom: Themilla Boumekla (elle)
Année de résidence: R2
Milieu principal: Maisonneuve-Rosemont
Contact: 514-632-8804



Adresse courriel:
themilla.boumekla@umontreal.ca



Facebook: Themilla Boumekla



Nom: Elsa Nahas (elle)
Année de résidence: R2
Milieu principal: St-Eustache
Contact: 514-885-3572



Adresse courriel:
elsa.nahas@umontreal.ca



Facebook: Elisa Nash



Nom: Sophie Larivée (elle)
Année de résidence: R1
Milieu principal: GMFU des Faubourgs
Contact: 8192386334



Adresse courriel:
sophie.larivee@umontreal.ca



Facebook: Phie Lrv

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

M

Médecine familiale



Nom: Rosalie Marion (elle)
Année de résidence: R2
Milieu principal: Cité de la Santé
Contact: 438-396-8626



Adresse courriel:
rosalie.marion.1@umontreal.ca



Facebook: Rrsie Mrn



Nom: Rama Dib (elle)
Année de résidence: R1
Milieu principal: GMF sacré-coeur
Contact: 514-662-4251



Adresse courriel:rama.dib@umontreal.ca



Facebook: Rm Dib



Nom: Karelle Kouamé (elle)
Année de résidence: R1
Milieu principal: Les Eskers d'Amos
Contact: 819 860 6679



Adresse courriel:
karelle.aurelie.kouame@umontreal.ca



Facebook: Karelle Kouamé

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

M

Médecine familiale



Nom: Maxime Duguay-Caplette (elle)

Année de résidence: R1

Milieu principal: Saint-Hubert

Contact: 514-797-5851



Adresse courriel:

maxime.duguay-caplette@umontreal.ca



Facebook: Maxime Duguay-Caplette



Nom: Jessica Yu (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: CUMF de Trois-Rivières

Contact:



Adresse courriel:

jessica.yu@umontreal.ca



Facebook: Jessica Yu



Nom: Marianne Carrier (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: UMF Cité de la Santé

Contact: 514-910-9905



Adresse courriel:

marianne.carrier.1@umontreal.ca



Facebook: Marianne Carrier

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

M

Médecine familiale



Nom: Tudor Pintilei (il)
Année de résidence: R1
Milieu principal: GMF-U Sacré-Coeur
Contact: 514-581-3650



Adresse courriel:
tudor.pintilei@umontreal.ca



Facebook: Tudor Pintilei



Nom: Florence Ruel-Ricard (elle)
Année de résidence: R1
Milieu principal: GMFU des Montérégiennes
Contact: 438-498-7798



Adresse courriel: florence.ruel-ricard@umontreal.ca



Facebook: Florence RRicard



Nom: Pascale Coulombe (elle)
Année de résidence: R1
Milieu principal: GMF-U Sacré-Coeur
Contact:



Adresse courriel:
pascale.coulombe.1@umontreal.ca



Facebook: Pascale Coulombe

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

M

Médecine familiale



Nom: Catherine Faucher (elle)
Année de résidence: R2
Milieu principal: GMF Sacré-Coeur
Contact:



Adresse courriel:
catherine.faucher.med@ssss.gouv.qc.ca



Facebook: Catherine Faucher



Nom: Mélanie Picard (elle)
Année de résidence: R2
Milieu principal: GMF Sacré-Coeur
Contact:



Adresse courriel:
melanie.picard.med@ssss.gouv.qc.ca



Facebook: Mélanie Picard



Nom: Zhen Yan Cao (elle)
Année de résidence: R2
Milieu principal: Maisonneuve-Rosemont
Contact:



Adresse courriel:
zhen.yan.cao@umontreal.ca



Facebook: Zhen Yan

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

M

Médecine familiale



Nom: Justin Roy-Doray (il)
Année de résidence: R2
Milieu principal: Notre-Dame
Contact:



Adresse courriel: justin.roy-doray.med@ssss.gouv.qc.ca



Facebook: Justin Roy-Doray



Nom: Élisabeth Frizon-Peresa (elle)
Année de résidence: R1
Milieu principal: Cité-de-la-Santé
Contact:



Adresse courriel: elisa.frizon-peresa@umontreal.ca



Facebook: Élisabeth Frizon-Peresa



Nom: Selma Madoui (elle)
Année de résidence: R1
Milieu principal: CLSC Bordeaux-Cartierville
Contact:



Adresse courriel: selma.madoui@umontreal.ca



Facebook: Selma Madoui

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

M

Médecine familiale



Nom: Frédérique Quevillon (elle)

Année de résidence: R1

Milieu principal: Faubourgs

Contact:



Adresse courriel:

frederique.quevillon.1@umontreal.ca



Facebook: Frédérique Quevillon



Nom: Violette Kouatchou (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: Marigot

Contact:



Adresse courriel:

violette.kouatchou.djiokap@umontreal.c



Facebook: vivi Djiokap Kouatchou

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

M

Médecine interne- tronc commun



Nom: Yin Nan Huang (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel:

yin.nan.huang@umontreal.ca



Facebook: Yin Nan



Nom: Simon Saad (il)

Année de résidence: R2

Milieu principal: HMR

Contact:



Adresse courriel:

simon.saad@umontreal.ca



Facebook: Simon Saad



Nom : Félix Louis (il)

Année de résidence : R2

Milieu principal : CHUM

Contact :



Adresse courriel :

felixlouis11@hotmail.com



Facebook : Félix Louis

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

M

Médecine interne - tronc commun



Nom: Ann-Sophie Czech (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: HSCM

Contact:



Adresse courriel: ann-sophie.czech@umontreal.ca



Facebook: Ann-Sophie Czech



Nom: Melvin Piché (il)

Année de résidence: R2

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel: melvin.piche@umontreal.ca



Facebook: Melvin Piché



Nom: Yu Ting Jiang (elle)

Année de résidence: R3

Milieu principal: Maisonneuve-Rosemont HMR

Contact:



Adresse courriel: yu.ting.jiang@umontreal.ca



Facebook: Yuting Amy Jiang

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

M

Médecine interne - tronc commun



Nom: Ariane Carmel (elle)

Année de résidence: R3

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel:

ariane.carmel@umontreal.ca



Facebook: Ariane Carmel



Nom: Chloé Moazzami (elle)

Année de résidence: R3

Milieu principal: Maisonneuve-Rosemont (HMR)

Contact:



Adresse courriel:

chloe.moazzami@umontreal.ca



Facebook: Chloe Calerro Coolios



Nom: Guillaume Lavoie (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel :

guillaume.lavoie.6@umontreal.ca



Facebook : Gui Lv

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

M

Médecine interne - tronc commun



Nom: Sara-Ivana Calce (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel:

saraivana.calce@gmail.com



Facebook: Sara-Ivana Calce



Nom: Laurence Tavenas (elle)

Année de résidence: R1

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel:

laurence.tavenas@umontreal.ca



Facebook: Laurence Tavenas



Nom: Myriam Le Quoc (elle)

Année de résidence: R1

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel:

myriam.le.quoc@umontreal.ca



Facebook: Myriam Le Quoc

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

M

Médecine interne - tronc commun



Nom: Catherine St-Louis (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel: catherine.st-louis.1@umontreal.ca



Facebook: Catherine St-louis



Nom: Loïc de Oliveira (il)

Année de résidence: R2

Milieu principal: CHUM

Contact:



Courriel: Loic.de.oliveira-sicard@umontreal.ca



Facebook: Loïc de Oliveira



Nom: Francis Carrier (il)

Année de résidence: R1

Milieu principal: HMR

Contact:



Adresse courriel: francis.carrier.1@umontreal.ca



Facebook: Francis Carrier

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

M

Médecine interne - tronc commun



Nom: Camille Klotz (elle)

Année de résidence: R1

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel:

camille.klotz@umontreal.ca



Facebook: Camille Klotz



Nom: Qing Yin Wang (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: CHUM

Contact:

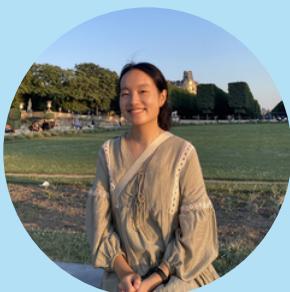


Adresse courriel:

qing.yin.wang@umontreal.ca



Facebook: Qing Yin Wang



Nom: Jessica Liu (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel:

jessica.liu@umontreal.ca



Facebook: Jessica Liu

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

M

Médecine interne - tronc commun



Nom: Eugénie Pelletier (elle)

Année de résidence: R1

Milieu principal: HSCM

Contact:



Adresse courriel:

eugenie.pelletier.2@umontreal



Facebook: Eugénie Pelletier



Nom: Chingiz Hayit (il)

Année de résidence: R1

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel:

chingiz.hayit@umontreal.ca



Facebook: Chingiz Hayit



Nom: Meriem Lahneche (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel:

meriem.lahneche@umontreal.ca



Facebook: Meriem Lahneche

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

M

Médecine interne - tronc commun



Nom: Justine Roy (elle)

Année de résidence: R1

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel:

justine.roy.3@umontreal.ca



Facebook: Justine Roy

Médecine interne générale



Nom: Elizabeth Sirard (elle)

Année de résidence: R4

Milieu principal: HMR

Contact:



Adresse courriel:

elizabeth.sirard@umontreal.ca



Facebook: Rose Elizabeth Sirard

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)



Obstétrique et gynécologie



Nom: Charlotte Lemieux-Bourque (elle)

Année de résidence: R4

Milieu principal: CHUM, HSJ, HMR

Contact:



Adresse courriel:

charlotte.lemieux-bourque@umontreal.ca



Facebook: Charlotte Lemieux-Bourque



Nom: Nieve Seguin (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: CHUM, HSJ, HMR

Contact:



Adresse courriel:

nieve.seguin@umontreal.ca



Facebook: Nieve Seguin



Nom: Catherine Auger-Morin (elle)

Année de résidence: R1

Milieu principal: CHUM, JSH, HMR

Contact:



Adresse courriel:

catherine.auger-morin@umontreal.ca



Facebook: Catherine Auger-Morin

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)



Obstétrique et gynécologie



Nom: Ana Clouâtre (elle)

Année de résidence: R1

Milieu principal: CHUM, HSJ, HMR

Contact:



Adresse courriel:

ana.clouatre@umontreal.ca



Facebook: Ana Clouâtre



Nom: Laurence Pinard (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: HSJ, CHUM, HMR

Contact:



Adresse courriel:

laurence.pinard.1@umontreal.ca



Facebook: Laurence Pinard

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

O

ORL



Nom: Krystelle Sioufi (elle)

Année de résidence: R1

Milieu principal: CHUM- HMR-CHUSJ

Contact:



krystelle.sioufi@umontreal.ca



Facebook: Kay Si

P

Pathologie



Nom: Andreea Stepanov (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel:

andreea.stepanov@umontreal.ca



Facebook: Andreea Stepanov

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

P

Pédiatrie



Nom: Nicholas Jelmi-Lévesque (il)

Année de résidence: R3

Milieu principal: CHU Ste-Justine

Contact:



Adresse courriel: nicholas.jelmi-levesque@umontreal.ca



Facebook: Nicho JL



Nom: Karolane Maltais (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: CHU Ste-Justine

Contact:



Adresse courriel: karolane.maltais@umontreal.ca



Facebook: Karolane Maltais

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

P

Physiatrie



Nom: Victor Lim (il)
Année de résidence: R2
Milieu principal: HSCM/CHUM/IRGLM
Contact:



Adresse courriel:
victor.lim@umontreal.ca



Facebook: Vic Lim



Nom: Karl Chemali (il)
Année de résidence: R3
Milieu principal: IRGLM / CHUM
Contact: 514-952-7539 (cell)



Adresse courriel:
karlchemali@gmail.com



Facebook: Karl Chemali



Nom: Joelle Machaalani (elle)
Année de résidence: R2
Milieu principal: CHUM et IRGLM
Contact:



Adresse courriel:
joelle.machaalani@umontreal.ca



Facebook: Joelle Machaalani

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

P

Psychiatrie



Nom: Orielle Djona (elle)
Année de résidence: R1
Milieu principal: IUSMM, CHUM
Contact:



Adresse courriel:
orielle.djona@umontreal.ca



Facebook: Orielle Djona



Nom: Maria Alexandra Rosca (elle)
Année de résidence: R3
Milieu principal: HJT, HRDP, PAP
Contact:



Adresse courriel:
maria.alexandra.rosca@umontreal.ca



Facebook: Maria AR



Nom: Blanche Bérubé-Babin (elle)
Année de résidence: R3
Milieus: HND (P5-P7) /HSCM (P8-P10) /CHUM (P11-P13)



Adresse courriel:
blanche.berube-babin@umontreal.ca



Facebook: Blanche Bérubé-Babin

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

P

Psychiatrie



Nom: William Bellemare (il)

Année de résidence: R4, R5

Milieus: CHUM, HSJ, IUSMM

Contact:



Adresse courriel:

william.bellemare@umontreal.ca



Facebook: Willma Bellma

R

Radiologie



Nom: François Michaud (il)

Année de résidence: R4

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel:

f.michaud@umontreal.ca



Facebook: François Michaud

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

S

Santé du travail et santé publique



Nom: Pier-Alexandre Vasil (il)

Année de résidence: R7

Milieu principal: CHUM

Contact:



Adresse courriel: pier-alexandre.vasil.med@ssss.gouv.qc.ca



Facebook: Pier-Alexandre Vasil



Nom: Anne-Sophie Lê (elle)

Année de résidence: R2

Milieu principal: DRSP Montréal

Contact:



Adresse courriel: anne-sophie.le@umontreal.ca



Facebook: Anne-Sophie Lê

LES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES 2024-2025 (PAR PROGRAMME)

U

Urologie



Nom: Tomas Cordoba (il)

Année de résidence: R1

Milieu principal: CHUM & HMR

Contact:



Adresse courriel:

tomas.cordoba@umontreal.ca



Facebook: Tomas Cordoba



Nom: Mona Ouirzane (elle)

Année de résidence: R4

Milieu principal: CHUM et HMR

Contact:



Adresse courriel:

Mona.ouirzane.med@ssss.gouv.qc.ca



Facebook: Mona Ouirzane

RESSOURCES UTILES



Guide bien-être des résidents sentinelles:

Version 2023: <https://amrm-montreal.com/wp-content/uploads/2019/09/Guide-des-r%C3%A9sidents-sentinelles-FINAL.pdf>

Version 2024: <https://amrm-montreal.com/bien-etre/>



Section bien-être du site web de l'AMRM

<https://amrm-montreal.com/bien-etre/>



Soutien au bien-être FMRQ

<https://fmrq.qc.ca/soutien-au-bien-etre/>



Services de santé et bien-être de l'UdeM

<https://vieetudiante.umontreal.ca/sante-bien-etre>



Plateforme de signalement - Bureau du respect de la personne

<https://medecine.umontreal.ca/ressources/etudiants/signalement/>



Bureau d'aide point de repère:

- **Soutien psychosocial**

- repere@meddir.umontreal.ca

- Projet Korsá: [dania.ramirez@umontreal.ca](mailto:daniam.ramirez@umontreal.ca)

- Programme mieux-être: (studium)

- <https://studium.umontreal.ca/course/view.php?id=241802>

- **Soutien à l'apprentissage**

- repere-reussite@meddir.umontreal.ca

- **Soutien carrière**

- **Aide au 2ième tour (CaRMS)**



Entente collective: <https://fmrq.qc.ca/entente-collective/>