

Bilan des activités reliées à la méditation d'attention, au qigong et au taijiquan (tai chi) de 1995 à 2009

Formations

En collaboration avec la Direction de la santé publique de Chaudière-Appalaches et l'Institut universitaire en santé mentale de Québec (IUSMQ) :

Journée d'introduction à des pratiques de présence attentive (pleine conscience) pour des intervenants de l'IUSMQ et de la région de Québec, 9 octobre 2009.

Série de huit ateliers : La présence attentive face au stress, du 30 octobre au 18 décembre 2009, pour des intervenants de l'IUSMQ, de la région de Québec et de Trois-Rivières.

En collaboration avec Accueil-Sérénité

Gestion du stress fondée sur la pleine conscience – série de huit ateliers (Printemps 2009).

En collaboration avec la Fondation du cœur Beauce-Etchemin

Formation de deux kinésiologues à la pratique du taijiquan (Hiver 2009 -).

En collaboration avec l'Institut de recherche en biotechnologie – Conseil national de recherches Canada, Montréal.

Introduction au qigong Hunyuan pour trois groupes de vingt personnes (2008).

Activité au Centre de Santé et de Services Sociaux de Beauce (CSSSB)

En collaboration avec la Fondation du cœur Beauce-Etchemin

Offrir deux sessions hebdomadaires de taijiquan aux personnes atteintes d'une maladie cardiaque ou pulmonaire (2006 – 2009).

En collaboration avec Accueil-Sérénité (Ste-Claire de Bellechasse)

Groupe ouvert de qigong et de taijiquan offert hebdomadairement à des personnes atteintes de cancer et à leurs proches (2005 – 2009).

Cours de taijiquan (tai chi) pour contrer l'épuisement professionnel et l'usure de compassion chez le personnel (Octobre 2005 à juin 2007).

Activités en CLSC

Au Centre de Santé de Bellechasse

En 2005, sessions de taijiquan adapté pour personnes atteintes de troubles mentaux sévères et persistants.

En 2001 et 2002, groupe ouvert de qigong (clientèle).

Collaboration avec Accueil-Sérénité :

De juin 2001 à juin 2005, groupe ouvert de qigong offert aux personnes atteintes de cancer et à leurs proches.

Au CLSC Beauce-Sartigan

En 2005, sessions de taijiquan adapté pour personnes atteintes de troubles mentaux sévères et persistants.

De mars 2000 à juin 2008, groupe de qigong ouvert (clientèle).

En 2000, sessions de qigong offertes aux membres du personnel.

Au CLSC Laurentien (dissout depuis avril 1999)

Automne 1995 Documentation et planification d'un groupe de qigong

1996 - 1998 4 groupes fermés de 10 rencontres

1998 - 1999 Groupe ouvert de qigong à raison d'une rencontre hebdomadaire

1996 - 1999 Sessions de qigong offertes à des membres du personnel aux trois points de service de ce CLSC.

Activités au Centre Multi-ethnique de Québec

1996 - 1998 Groupe de qigong ouvert à raison d'une rencontre hebdomadaire pour des réfugiés.

Régie régionale de la santé et des services sociaux - Région 03

Sous-comité sur l'intervention auprès des victimes de violence organisée.

Présentation d'un projet de création d'un groupe de relaxation pour certains réfugiés – 1996.

Comité consultatif sur l'accessibilité des services de santé et services sociaux aux communautés ethno-culturelles.

Présentation d'un projet de création d'un groupe de relaxation pour réfugiés au Centre Multi-ethnique de Québec – 1997.

Réseau ethno-psycho-social, Département d'histoire de l'Université Laval

Présentation d'un projet de création d'un groupe de relaxation pour certains réfugiés - 1996.

RIVO (Réseau d'Intervention auprès des personnes ayant subi la Violence Organisée) – Montréal.

Information et démarches entreprises pour adjoindre à son programme une activité de détente basée sur une forme de qigong - 1997.

Conférences

Les conférences aux organismes suivants ont traité de divers sujets allant de l'information générale sur le qigong, le taijiquan et la méditation d'attention à leurs applications concrètes. Citons ici la gestion du stress et le traitement complémentaire de certaines maladies cardiaques, pulmonaires ou le cancer dans une perspective de médecine intégrée.

2009/10/16 Colloque en soins palliatifs de la Maison Mathieu-Froment-Savoie
2009/10/01 Deuxième colloque sur la santé des médecins
2009/09/17 Colloque en oncologie de l'Association du cancer de l'est du Québec
 2009/08/16 Chutes d'art, Armagh, Bellechasse
 2009/04/29 Groupe de soutien L'appui-tête, Fondation Québécoise du Cancer
 et Département des Sciences Neurologiques du CHA - Hôpital Enfant-Jésus
2009/02/24 Maison Michel-Sarrazin (réunion médicale scientifique mensuelle)
 2009/01/24 Maison Accueil-Sérénité, Ste-Claire, Bellechasse
 2008/11/26 Maison Accueil-Sérénité, Ste-Claire, Bellechasse
2008/10/06 La lucarne – groupe de soutien (cancer du sein) au CSSSB
2008/05/09 Institut de recherche en biotechnologie – Conseil national de recherches
 Canada, Montréal
2008/04/24 18^e Congrès du Réseau des soins palliatifs du Québec, Gatineau
2008-02-27 Groupe de soutien L'appui-tête, Fondation Québécoise du Cancer
 et Département des Sciences Neurologiques du CHA - Hôpital Enfant-Jésus
 2008/02/12 Groupe de soutien Bonjour la Vie, Ste-Marie, Beauce
2007/09/24 Gestionnaires du CSSSB - Une place pour la médecine intégrée?
2007/06/15 Journée des ressourcement des cadres du CHUM
2007/04/04 Fondation Québécoise du Cancer, Québec
 2006/11/29 Maison Accueil-Sérénité, Ste-Claire, Bellechasse.
 2006/10/25 Maison Accueil-Sérénité, Ste-Claire, Bellechasse.
2006/10/03 Groupe d'étudiants au programme d'éducation physique de l'Université de
 Montréal.
2006/10/04 Groupe d'étudiants au programme de kinésiologie de l'Université de Montréal.
2006/03/11 Congrès Informatif sur les Médecines Alternatives et Complémentaires
 (CIMAC 2006) : L'apport des exercices de santé chinois en médecine intégrée.
 Faculté de médecine, Université de Sherbrooke
2005/10/04 Groupe d'étudiants au programme d'éducation physique de l'Université de
 Montréal.
2005/10/05 Groupe d'étudiants au programme de kinésiologie de l'Université de Montréal.
 2005/06/29 Maison Accueil-Sérénité, Ste-Claire, Bellechasse
 2005/03/12 Groupe d'entraide de fibromyalgie de Chaudière-Appalaches
 2004/11/10 Groupe Espérance et Cancer, St-Georges, Beauce.
 2004/11/03 Membres de La Barre du Jour (organisme de soutien aux
 personnes atteintes d'une maladie mentale).
 2004/10/27 Groupe d'entraide de fibromyalgie de Bellechasse.
2004/10/18 Groupe d'étudiants au programme de kinésiologie de
 l'Université de Montréal.
2004/10/05 Groupe d'étudiants au programme d'éducation physique de
 l'Université de Montréal.
 2004/07/07 Groupe Espoir Partage, Centre Femmes de Bellechasse.
 2004/04/25 Maison Accueil-Sérénité, Ste-Claire, Bellechasse.
2004/04/22 Colloque d'oncologie de l'Hôtel-Dieu de Lévis.
 2004/01/21 Groupe d'entraide de fibromyalgie de Bellechasse
 2002/09/26 Syndicat des agricultrices de Beauce, St-Joseph.
 2002/05/30 Ateliers Loblaws, St-Georges, Beauce.
 2002/04/22 Groupe d'entraide de la fibromyalgie de Bellechasse.
 2002/03/19 Groupe Espérance et Cancer, St-Georges, Beauce.

- 2002/01/25 Groupe Bonjour la Vie, Ste-Marie, Beauce.
2001/04/04 Maison Accueil-Sérénité, Ste-Claire, Bellechasse.
 2001/03/ Le Sillon, St-Joseph, Beauce.
 2001/03/ Le Groupe de l'Age d'Or, St-Georges, Beauce.
 2000/09/ Le Groupe d'entraide pour arthritiques, St-Georges, Beauce.
1999/02/ Clinique de la migraine de Montréal.
1998/09/ Colloque international de psychosynthèse, Pohénégamook.
1998/06/ Journée annuelle CLSC - Santé mentale, région de Québec.
 1997/??/ RIVO (Réseau d'Intervention auprès des personnes ayant subi la Violence Organisée) – Montréal.

Parutions dans les médias

Audio-vidéo

- DVD Laissez-nous vous soutenir. Agence de santé et de services sociaux de Chaudière-Appalaches et Centre Femmes de Bellechasse, 2008.
- Une pilule, une petite granule, Télé-Québec, 2007/03/08.
- Ici la vie, Reportage de madame Guylaine Bussière, Radio-Canada, Québec, 2007/02/02.
- Entrevue télévisée avec le Dr Gilles Lapointe, canal Vox de Vidéotron, 2005/04/27.
- Les vertus thérapeutiques du Tai Chi, Interview radiophonique de Mme Louise Savard, Radio-Canada, Première Chaîne, Sept-Îles, émission "Au gré des jours", 2007-01-16.

Dans la presse écrite

- Boulé Carole, Cortisol, l'hormone méconnue du stress. Châtelaine, Janvier 2009, Vol 50 No 1, pp. 53-56.
- Bédard Louise-Marie, La médecine intégrée, Journal Vert, Été 2008, Vol 18 No 3, p. 8.
- Samson Claudette, L'usure de compassion. Une carapace contre la douleur d'autrui, Le Soleil, 2008/07/08.
- V.K., La journée du tai-chi attire plus de 100 personnes, L'Éclaireur Progrès, 2008/05/02, vol 100 no 33, p.41.
- Cardwell Mark, Helping patients heal through tai chi, The Medical Post, 2007-04-03, Vol 43 No 12, p.27.
- Légaré Jacques, Le tai-chi : pour battre la maladie. Le Journal Vivre, Avril 2007 No. 4.
- Lemieux Louise, Une prescription de tai chi, Le Soleil, 2007/01/09, p. A9.
- Boulé Carole, Un service de médecine intégrée au CH de Beauce, L'Actualité Médicale, Éditions MacLean Hunter Ltée, Montréal, Québec, Canada, 14 décembre 2005, p. 6.
- Pellerin Colette, Le qigong, allié de l'oncologie traditionnelle, L'Actualité Médicale, Éditions MacLean Hunter Ltée, Montréal, Québec, Canada, Vol. 25 No. 24, 16 juin 2004, p.23.
- Charest, Aline, Chi Kung : La thérapie par la relaxation, L'Actualité Médicale, Vol.19 No.17, Éditions MacLean Hunter Ltée, Montréal, Québec, Canada, Mai 1998.

Sur le web

- Boutin Keven, Journée historique pour Ville Saint-Georges, EnBeauce.com, 26 avril 2008 :
<http://www.enbeauce.com/detail-actualite.asp?ID=8840>
- LaSalle Martin, Médecine intégrée, une première au Québec, Passeport Santé, 16 janvier 2006.
http://www.passeportsante.net/fr/Actualites/Entrevues/Fiche.aspx?doc=dr_claude_fournier_ent
(valide le 2006-02-01).

Activités connexes

Clinique de la migraine de Montréal

Initiation au qigong pour deux intervenantes - novembre 1998.

Claude Fournier, MD.

Omnipraticien, service de médecine intégrée, CSSSB

Médecin-conseil, DSPE Chaudière-Appalaches