

No d'activité : 101858

Trucs pratiques pour prendre en charge efficacement l'insomnie

Jeudi 19 novembre 2026 de 17:45 à 21:15



Hôtel de la Rive

165, ch. Sainte-Anne, Sorel-Tracy



Président de séance

Dr Gabriel Gosselin

Message des organisateurs

ACTIVITÉ EN PRÉSENTIEL SEULEMENT

Pour vous inscrire cliquez sur le mot « Inscription » sous la description de cette activité, laquelle est parue dans le calendrier de formation du site web de l'AMORSL. Pour toute question relative à cette activité, veuillez communiquer à l'adresse suivante: emc-amorsl@amorsl.ca.

L'Association des médecins omnipraticiens de Richelieu-Saint-Laurent désire vous faire part que toutes les activités de formation sont offertes prioritairement aux omnipraticiens membres de l'AMORSL.

ATTENTION - Si finalement vous ne pouvez assister à l'activité, par respect pour tous ceux qui travaillent à l'organisation de l'activité et permettre à un autre médecin de prendre votre place, veuillez svp prendre le temps d'annuler le plus tôt possible votre inscription à partir du lien que vous aurez reçu lors de votre inscription, ou en vous rendant sur votre compte Accès membre de notre site web. Cependant, si votre compte n'a pas été créé car vous n'êtes pas membre de l'AMORSL, il est nécessaire d'annuler en envoyant un courriel à l'adresse : emc-amorsl@amorsl.ca.

Compétences

- ✓ Communicateur
- ✓ Collaborateur
- ✓ Expert en médecine familiale
- ✓ Promoteur de la santé
- ✓ Professionnel

Spécialités

- ✓ Gériatrie
- ✓ Psychiatrie

Horaire

17:45 - 18:00 Trucs pratiques pour prendre en charge efficacement l'insomnie

18:00 - 19:00 Trucs pratiques pour prendre en charge efficacement l'insomnie - Partie 1

Dr François Gabriel David, médecine générale

19:00 - 19:30 Période de questions

19:30 - 19:45 Pause

19:45 - 20:45 Trucs pratiques pour prendre en charge efficacement l'insomnie - Partie 2

Dr François Gabriel David, médecine générale

20:45 - 21:15 Période de questions

Objectifs

Trucs pratiques pour prendre en charge efficacement l'insomnie - Partie 1

1. Questionner et examiner efficacement le patient soulevant un problème d'insomnie;

2. Établir le diagnostic différentiel de l'insomnie et déterminer l'investigation nécessaire;
3. Dépister les principales comorbidités physiques et psychiatriques associées à l'insomnie;
4. Conseiller le patient sur l'hygiène du sommeil et aborder les principes fondamentaux de la thérapie cognitivo-comportementale de l'insomnie.

Trucs pratiques pour prendre en charge efficacement l'insomnie - Partie 2

5. Discuter des principaux traitements de l'insomnie en l'adaptant au profil clinique du patient;
6. Utiliser de façon appropriée les traitements pharmacologiques à court et à long terme selon le contexte clinique;
7. Identifier les enjeux liés à l'accoutumance et aux effets indésirables des traitements de l'insomnie;
8. Préparer un plan de traitement adapté au patient et proposer la déprescription de médication si jugée nécessaire.

Évaluation



Une fois l'activité terminée, veuillez l'évaluer à partir de ce code QR. Vous recevrez également un lien après l'activité.

Accréditation

La Fédération des médecins omnipraticiens du Québec, organisme pleinement agréé en formation continue par le Collège des médecins du Québec, reconnaît 3,00 heure(s) d'activité reconnues au sens du Règlement sur la formation continue obligatoire des médecins du CMQ, soit 3,00 heure(s) de catégorie A et 0,00 heure(s) de catégorie B (AEEP). Le Code d'éthique en DPC du Conseil québécois de développement professionnel continu des médecins (CQDPCM) doit être respecté (www.cqdpcm.ca).

Cette activité bénéficie d'une subvention à visée éducative de Idorsia

Cette activité est admissible aux allocations du fonds de formation ou au ressourcement.

Tous les participants sont invités à se créer un compte au www.fmoq.org en cliquant sur « se connecter ». Ce compte vous permettra de remplir l'évaluation de l'activité au <https://evaluation.fmoq.org> ainsi que de télécharger votre attestation de participation (des frais pourraient être exigés pour les professionnels de la santé autres que médecins et résidents) à <https://padpc.fmoq.org>