

# Invitation à une activité de formation continue

**AMOY** ASSOCIATION DES MÉDECINS  
OMNIPRATICIENS D'YAMASKA

**Titre :** Intégrer la méditation pleine conscience dans son quotidien: bienfaits, trucs et astuces.

**No d'activité :** 87465

**Date :** jeudi le 09 novembre 2023

**Lieu :** Centre des congrès de Granby

**Coordonnées :**

## Objectifs

- Mesurer les bienfaits de l'intégration de la méditation pleine conscience dans son quotidien
- Expliquer les bases de la méditation pleine conscience
- Développer des techniques pour l'intégrer dans son quotidien

**Président de séance :**

## Horaire

2023-11-09	13:30	14:30	Atelier	Intégrer la méditation pleine conscience dans son quotidien: bienfaits, trucs et astuces.	Dre Claudia T. Blais, médecin de famille
------------	-------	-------	---------	---	--

L'Association des médecins omnipraticiens de Yamaska, sous l'agrément parapluie de la FMOQ, reconnaît 1.00 heure (s) d'activité de développement professionnel reconnue aux fins du Règlement sur la formation continue obligatoire des médecins du CMQ (catégorie A). Le code d'éthique du Conseil québécois de développement professionnel continu des médecins (CQDPCM) doit être respecté ([www.cqdpcm.ca](http://www.cqdpcm.ca)).

Cette activité bénéficie d'une subvention à visée éducative de À venir

*Tous les participants sont invités à se créer un compte au [www.fmoq.org](http://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>*