

LE CAPSULE

Journal des étudiant·e·s en pharmacie de l'Université de Montréal

Quoi de neuf dans notre communauté ?

Le DSQ : avoir accès ≠ avoir le droit

Les pharmacien·ne·s d'établissement au cœur des soins

Les centrales de préparation d'ordonnances (CPO)

Prise en charge des thérapies de spécialité [...]

Moderniser la formation [...]

10 AVRIL 2026
Volume 49 no. 5

IMPLIQUEZ-VOUS AU CAPSULE

Nous sommes toujours à la recherche de collaborateur·trice·s et de personnes pour nous aider afin d'agrandir notre équipe ! Consulte les différentes implications possibles et n'hésite pas à nous contacter pour plus d'informations.

CONCOURS DU PRINTEMPS

Pour le printemps, *Le Capsule* t'offre la chance de remporter l'une des cinq **cartes-cadeaux Poulet Rouge de 25 \$** qui seront tirées !

Repère les 5 abeilles cachées dans ce numéro, rends-toi sur le *Google Form* disponible sur le groupe Facebook et sur notre Instagram (abonne-toi au passage !) et inscris-y les numéros de pages où tu les as vues !

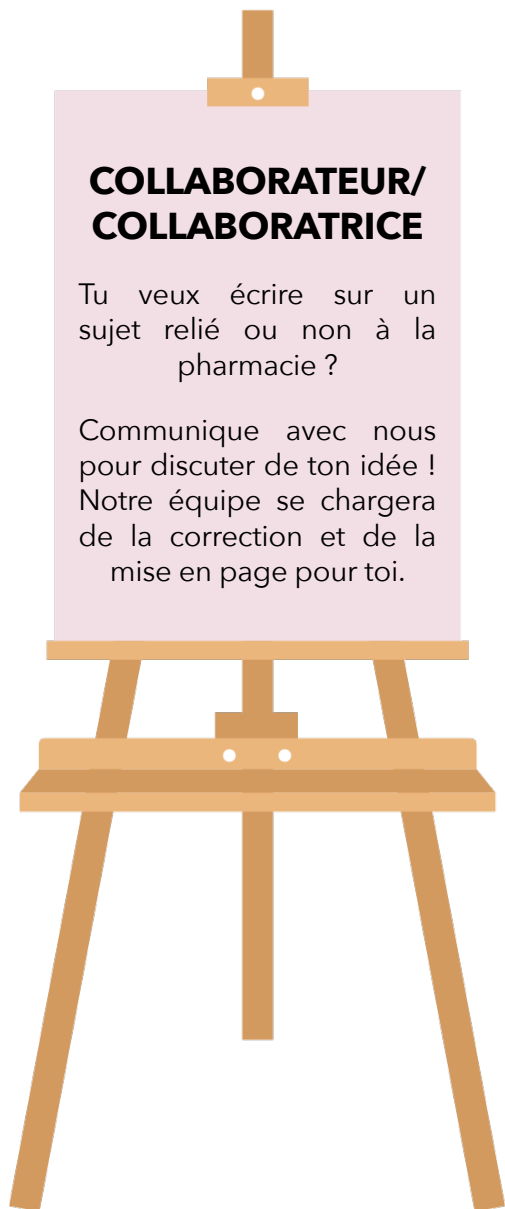
Tu as jusqu'au **15 avril** pour participer !



COLLABORATEUR/ COLLABORATRICE

Tu veux écrire sur un sujet relié ou non à la pharmacie ?

Communique avec nous pour discuter de ton idée ! Notre équipe se chargera de la correction et de la mise en page pour toi.



Pour communiquer avec nous, écris-nous au **journalcapsule@gmail.com**

TABLE DES MATIÈRES

- 04 ÉDITORIAL
- 06 MOT DE LA FACULTÉ
- 09 RETOUR SUR LE « COLLOQUE SUR L'AVENIR DE LA PHARMACIE »
- 10 RETOUR SUR LE MSTP 2026 AVEC L'ACEIP/ CAPSI
- 13 ÉTUDIER LA PHARMACIE À SAINT-JÉRÔME : CE QU'IL FAUT SAVOIR SUR LE NOUVEAU PAVILLON DE L'UDEM
- 19 LA CHRONIQUE DE L'ORDRE – LE DSQ : AVOIR ACCÈS ≠ AVOIR LE DROIT
- 21 LES PHARMACIEN·NE·S D'ÉTABLISSEMENT AU CŒUR DES SOINS
- 24 LES CENTRALES DE PRÉPARATION D'ORDONNANCES (CPO) ET LEURS IMPLICATIONS SUR LA RESPONSABILITÉ PROFESSIONNELLE DES PHARMACIEN·NE·S EN MILIEU COMMUNAUTAIRE
- 27 PRISE EN CHARGE DES THÉRAPIES DE SPÉCIALITÉ EN PHARMACIE COMMUNAUTAIRE : QUEL EST L'AVANTAGE POUR LES PATIENT·E·S ET POUR LA PROFESSION ?
- 29 MODERNISER LA FORMATION POUR MIEUX PRÉPARER LES PHARMACIEN·NE·S DE DEMAIN
- 32 PHARM-ACTUALITÉ
- 37 CAPSULE ÇA VA
- 38 GÈRE TON MAMMOUTH
- 40 RÉSULTATS TOP 10 DU PRINTEMPS
- 41 SECTION HORS PRESCRIPTION (JEUX ET HOROSCOPES)

NOTRE ÉQUIPE

RÉDACTRICE EN CHEF : Julie Dandurand

MISE EN PAGE : Julie Dandurand

ILLUSTRATIONS : Julie Dandurand

** Veuillez noter que la majorité des illustrations proviennent de Canva : certaines tirées directement de la bibliothèque, d'autres adaptées et d'autres générées par l'IA de Canva.*

PAGE COUVERTURE : Julie Dandurand

JEUX : Julie Dandurand et Lauriane Marcotte

HOROSCOPE : Brigitte Labbé et Alexandra Messier

RÉVISION ET CORRECTION : Sandrine Chiasson, Brigitte Labbé, Sofia Poirier, Camille Thibodeau et Christine Telcian



RÉSEAUX SOCIAUX



Le Capsule



@capsule.udem



aepum.ca/le-capsule/

Vous pouvez également retrouver les numéros du Capsule sur StudiUM dans la section AÉPUM.



Les textes sont signés et représentent l'opinion de leur·s auteur·e·s. Le Capsule, de même que l'association des étudiant·e·s en pharmacie de l'Université de Montréal, n'endosse pas nécessairement les opinions exposées. De plus, la reproduction d'un ou des textes est acceptée sous la seule condition que la provenance soit inscrite sur la copie. Les textes et commentaires peuvent être envoyés à l'adresse courriel du Capsule : journalcapsule@gmail.com.

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec - Mai 2026



ÉDITORIAL

PAR JULIE DANDURAND (III)

RÉDACTRICE EN CHEF

Bonjour à toutes et à tous !

Cela fait plusieurs fois que je m'installe pour commencer la rédaction de cet éditorial, sans jamais y arriver. J'aurais tant de choses à dire sur mon expérience comme rédactrice en chef du *Capsule*, en commençant par le fait que je n'arrive pas à croire que ce soit déjà le tout dernier numéro régulier du journal de l'année 2025-2026 et la fin de mon mandat.

Autant cette année a été remplie de défis et a pu paraître longue par moment, autant il est incroyable de constater à quel point elle est passée en un claquement de doigts.

L'an passé, à la même période, je me lançais (peut-être un peu naïvement) dans le projet de devenir la prochaine rédactrice en chef du journal, sans réellement savoir tout ce qui m'attendait. Sans aucun doute, ce rôle m'aura demandé beaucoup de travail, de temps et d'énergie, mais, un an plus tard, j'éprouve énormément de fierté. J'ai si hâte de pouvoir ajouter la version papier de ce numéro à ma collection et de tenir entre mes mains l'ensemble des cinq numéros réalisés cette année.

Avec la fin de l'année qui est à nos portes, j'ai une bonne et une mauvaise nouvelle...

La bonne nouvelle, c'est que la fin de session approche ! Et la mauvaise... c'est malheureusement aussi que la fin de session approche. Il est motivant de se dire que les vacances d'été arrivent bientôt, mais c'est aussi effrayant, car cela signifie que les examens finaux, les ÉCOS et, pour les étudiant·e·s de troisième année, l'examen PRÉFACE arrivent eux aussi... Le sprint final sera exigeant, mais nous sommes toutes et tous en mesure d'y arriver, je n'en doute pas une seconde.

En cette fin de session, je tiens encore à vous rappeler l'importance de prendre du temps pour vous et de

« Le sprint final sera exigeant, mais nous sommes toutes et tous en mesure d'y arriver, je n'en doute pas une seconde. »

« Le temps semble parfois manquer, mais il est essentiel de s'accorder des moments pour décrocher et se recentrer, afin d'être en mesure de donner le meilleur de soi. »

garder un équilibre sain. Le temps semble parfois manquer, mais il est essentiel de s'accorder des moments pour décrocher et se recentrer, afin d'être en mesure de donner le meilleur de soi.

J'aimerais profiter de cet éditorial pour adresser un immense merci à toutes les personnes qui ont contribué, de près ou de loin, à la réalisation du *Capsule* cette année. Que vous ayez contribué à un numéro ou à plusieurs, votre implication a réellement fait toute la différence. Toute l'aide reçue a été si précieuse. Sans vous, mon travail n'aurait tout simplement pas été possible et

je suis sincèrement fière de ce que nous avons réussi à accomplir ensemble.

Je souhaite également adresser un petit mot à Sofia, qui prendra la relève l'an prochain. Je suis très heureuse de savoir que le journal sera entre de bonnes mains. Je te souhaite bon courage pour tes soirées de rédactions, tes weekends de mise en page et les innombrables relectures à venir, mais je te promets que cela en vaut la peine. Ce sera sans doute difficile, surtout au début, mais je suis convaincue que tu relèveras parfaitement le défi. J'ai très hâte de découvrir ce que tu accompliras !

Il ne reste que quelques semaines avant les stages pour certain·e·s, ou avant les vacances d'été pour d'autres. D'ici là, on ne lâche pas, on est presque rendu·e·s !

Bonne fin de session à toutes et à tous et bon courage pour la suite !

Chères lectrices et chers lecteurs, pour la dernière fois... bonne lecture !

Julie Dandurand





MOT DE LA FACULTÉ

MARIE LORDKIPANIDZÉ

VICE-DOYENNE À LA RECHERCHE ET AUX ÉTUDES EN SCIENCES PHARMACEUTIQUES

Chères étudiantes,
Chers étudiants,

Alors que la session avance à vive allure, vous jonglez déjà avec les examens à venir, les travaux d'équipe et les décisions qui façonnent peu à peu votre parcours universitaire. Le premier cycle est un moment charnière : celui où l'on acquiert des bases solides, mais aussi celui où l'on commence à entrevoir la diversité des chemins que peut emprunter une carrière en pharmacie et en sciences pharmaceutiques. Parmi ces chemins, je voudrais vous inviter à regarder les opportunités que la recherche peut vous offrir.

La recherche n'est pas un territoire réservé à une poignée d'initiés. Elle est vivante, accessible, et surtout profondément formatrice. À la Faculté de pharmacie, elle commence dès le premier cycle, à travers des stages offerts à l'été et soutenus par des bourses compétitives. Ces bourses vous permettent de vous engager pleinement dans un projet, sans compromis, et de vivre une immersion concrète dans le quotidien d'un laboratoire ou d'une équipe de recherche clinique. Pour certaines et certains, ce sera une parenthèse dans leur cheminement, un moment de réflexion, un temps pro-

tégé pour développer l'esprit critique, l'autonomie et la rigueur scientifique. Ce sont des atouts précieux, quel que soit le milieu professionnel choisi par la suite. Pour d'autres, ce sera le coup de foudre qui vous ouvrira grandes les portes d'un cheminement aux cycles supérieurs et une carrière comme pas d'autres. Dans tous les cas, un séjour en recherche vous permettra de mieux vous connaître et d'affiner vos aspirations.

Choisir un stage en recherche, c'est d'abord choisir la découverte. Découvrir comment naissent les idées, comment se testent les hypothèses, comment une

« La recherche [...] est vivante, accessible, et surtout profondément formatrice. »

« Oser la recherche, [...], c'est se donner la chance de vivre une expérience riche, stimulante et formatrice, qui peut devenir un véritable tremplin vers l'avenir. »

molécule prometteuse, une donnée clinique ou une innovation en pratique pharmaceutique peut ultimement améliorer la santé des populations. C'est aussi découvrir un corps professoral de calibre mondial, reconnu tant pour l'excellence de ses travaux que pour son engagement auprès des personnes étudiantes. Nos professeures et professeurs vous accueillent comme de véritables partenaires d'apprentissage, au sein d'équipes dynamiques composées de personnes étudiantes aux cycles supérieurs, de stagiaires postdoctoraux, et de personnes professionnelles de la recherche.

Je vous invite donc à prendre le temps d'explorer ces possibilités : à parcourir les pro-

files de recherche de notre faculté, à échanger avec des étudiantes et des étudiants qui ont déjà franchi le pas, et à vous informer sur les stages disponibles et les bourses d'initiation à la recherche qui les accompagnent. Et marquez tout de suite à votre agenda l'incontournable « Rendez-vous de la recherche pharmaceutique », qui se tiendra le 26 novembre prochain. Venez en grand nombre, rencontrer ceux qui dessinent le chemin de l'innovation pharmaceutique et la pratique pharmaceutique de demain, et leur poser candidement toutes les questions qui vous viennent en tête !

Oser la recherche, ce n'est pas s'engager irréversiblement dans une seule voie,

c'est se donner la chance de vivre une expérience riche, stimulante et formatrice, qui peut devenir un véritable tremplin vers l'avenir. Le premier cycle est le moment idéal pour essayer, questionner et explorer.

Je vous souhaite une fin de session stimulante et, surtout, le plaisir de la découverte.

Au plaisir de vous croiser prochainement,

Marie Lordkipanidzé



Quoi de neuf dans notre communauté ?

Notre communauté continue de se distinguer par son dynamisme et ses initiatives inspirantes. Voici un aperçu des événements, projets et nouveautés qui ont récemment marqué notre vie étudiante, facultaire ou professionnelle !

Retour sur le « Colloque sur l'avenir de la pharmacie »

PAR JULIETTE MICHAUD (III), PRÉSIDENTE DU CÉPPUM

Le 17 mars dernier a eu lieu le Colloque sur l'avenir de la pharmacie, présenté par le CÉPPUM. À travers cet événement, mon objectif était de créer un espace d'apprentissage et d'échanges sur les innovations qui définiront la pratique de demain. Dans un contexte où notre profession est en constante évolution, je souhaitais inspirer les étudiant·e·s à s'impliquer activement et à devenir des moteurs de changement



La soirée s'est articulée autour de trois conférences. D'abord, Tamar Rita Minassian et Azadeh Keschani, représentantes de Pharmaprix, ont ouvert la soirée en présentant l'évolution de la pharmacie communautaire ainsi que son potentiel à occuper une place encore plus centrale au sein du système de santé.

Ensuite, nous avons eu le privilège d'accueillir Sandrine Milante, présidente et directrice générale d'Ecolopharm. Cette conférence nous a grandement éclairé·e·s : elle a mis en lumière les impacts environnementaux de la pratique pharmaceutique, notamment ceux liés aux emballages du quotidien, et a proposé des pistes concrètes pour en réduire l'empreinte.

Finalement, la soirée s'est conclue avec la conférence de Kevin Girard, pharmacien propriétaire affilié à Uniprix, et de Jérôme Blackburn, responsable des partenariats chez Uniprix. Leur échange nous a permis de découvrir l'initiative novatrice de Kevin Girard, qui a implanté une clinique destinée aux patient·e·s orphelin·e·s en pharmacie communautaire au Saguenay. Ce modèle permet d'améliorer la prise en charge des patient·e·s tout en contribuant à désengorger le système de santé au Québec.

Un grand merci à nos commanditaires, soit FDP gestion privée, Ecolopharm et Pharmaprix ! Et merci à Clément Nguyen-Tran pour les photos !

Retour sur le MSTP 2026 avec l'ACEIP/CAPSI

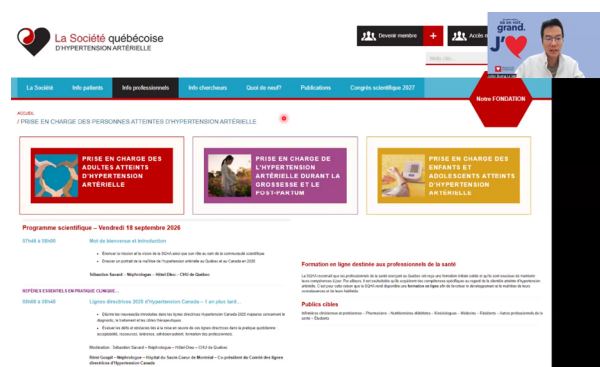
PAR LAURIANE MARCOTTE (II), REPRÉSENTANTE JUNIOR CAPSI (ACEIP)

Le mois de mars, c'est le *Mois de sensibilisation au travail des pharmaciens* (MSTP). Chaque année, l'ACEIP a pour mandat de promouvoir le rôle du pharmacien auprès de la population, des professionnel·le·s et des étudiant·e·s en pharmacie. Voici quelques-unes des activités organisées cette année afin de faire rayonner la profession.

Le 12 mars, nous avons eu le plaisir d'accueillir Julien Quang Le Van, en collaboration avec la Société québécoise de l'hypertension artérielle (SQHA), pour une conférence d'une heure portant sur la gestion de l'hypertension en milieu communautaire. L'objectif était de revoir les plus récentes lignes directrices d'Hypertension Canada ainsi que la prise en charge de ce problème. En raison d'une alerte de tempête de verglas, l'événement a dû se tenir à distance. Malgré cet imprévu, près de 50 personnes étaient au rendez-vous ! La conférence est toujours disponible en rediffusion sur le groupe Facebook pour celles et ceux qui souhaitent en apprendre davantage sur le sujet.

Chaque semaine, nous avons également organisé un tirage d'une carte-cadeau de 25 \$ parmi les personnes ayant répondu aux « Défis pharmacie » publiés dans notre story Instagram ([@capsi.ipsf.udem](https://www.instagram.com/capsi.ipsf.udem)). Ces défis consistaient, par exemple, à deviner un médicament et sa teneur ou encore le nombre de comprimés dans un flacon. Nous avons aussi créé un bingo afin d'encourager les étudiantes et étudiants à prioriser leur bien-être tout en participant aux activités organisées par l'AEPM et CAPSI.

À l'échelle nationale, une des initiatives marquantes de cette année était la tendance « I'm passing the phone to », réalisée en collaboration avec les 11 universités canadiennes. Cette activité mettait en lumière différents actes que les pharmaciens·ne·s peuvent poser dans leur province afin d'offrir des soins de première ligne. Nous avons notamment souligné notre capacité à prescrire et à interpréter des tests de laboratoire pour ajuster la médication des patient·e·s. Cet acte est actuellement autorisé en Colombie-Britannique, en Alberta, au Manitoba, au Québec et à l'Île-du-Prince-Édouard.



Nous sommes également habilités à effectuer une substitution thérapeutique dans certaines situations, notamment :

- en cas de rupture d'approvisionnement chez deux grossistes ;
- lorsqu'un produit est discontinué sur le marché canadien ;
- pour assurer la sécurité des patient·e·s (si une initiation rapide du traitement est requise et que le prescripteur n'est pas joignable dans un délai raisonnable) ;
- en présence de difficultés d'administration liées au médicament.

Nous vous encourageons à consulter le tableau comparatif des champs d'exercice au Canada publié par l'Association canadienne des pharmaciens (CPhA) pour en apprendre davantage (voir page suivante).

Merci à toutes les personnes qui ont participé aux activités et contribué au succès du MSTP 2026 !

Si vous avez manqué les « Défis pharmacie » dans notre story Instagram, rendez-vous dans la section « Hors prescription » pour en relever deux !



CHAMP D'EXERCICE DES PHARMACIENS AU CANADA

✓ Mise en œuvre dans la province ou le territoire P En attente d'une législation, de règlements ou d'une politique de mise en œuvre X Non mis en œuvre

		BC	AB	SK	MB	ON	QC	NB	NS	PEI	NL	YT	NWT	NU
Pouvoir de prescription (médicaments de l'annexe 1)	De façon indépendante, tout médicament de l'annexe 1	X	✓ ⁴	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	Selon une entente ou dans le cadre d'une pratique collaborative	X	✓ ⁴	✓ ⁴	✓ ⁴	X	✓	✓	✓	X	X	X	X	X
	Prescrire ^{1,2}													
	Pour les affections mineures	✓	✓	✓	✓ ⁴	✓	✓	✓	✓	✓ ⁴	✓	✓	X	X
	Pour l'abandon du tabagisme	✓	✓	✓	✓ ⁴	✓	✓	✓	✓	✓ ⁴	✓	✓	X	X
Adapter/gérer ^{1,3}	En cas d'urgence	✓ ⁶	✓	✓ ⁶	✓ ⁷	✓	✓	✓	✓	✓	✓ ⁶	✓ ⁶	X	X
	Faire des substitutions thérapeutiques	✓	✓	✓ ⁸	X	X	✓ ¹⁵	✓	✓	✓	✓	✓	X	X
	Modifier la posologie, la forme galénique, le schéma thérapeutique, etc.	✓	✓	✓ ⁸	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	X	X
	Renouveler ou prolonger une prescription pour assurer la continuité des soins	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	X
Pouvoir d'administrer des injections (sc ou im) ^{1,4}	Médicaments ⁵	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	X	X
	Vaccins ⁵	✓	✓	✓	✓	✓	✓ ¹⁶	✓	✓	✓	✓	✓	X	X
	Vaccin antigrippal	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	X	X
Analyses de laboratoire	Prescrire et interpréter des analyses de laboratoire	✓	✓	P ⁹	✓ ¹⁰	X	✓	P ¹¹	P ^{9,12}	✓ ¹³	X	X	X	X
Techniciens	Techniciens en pharmacie réglementés	✓	✓	✓	✓ ¹⁴	✓	✓	✓	✓	✓	✓	X	X	X

1. Le champ d'activité, les règlements, les exigences en matière de formation et/ou les restrictions varient selon la province ou le territoire. Veuillez consulter les organismes de réglementation de la pharmacie pour plus de renseignements.
2. Prescrire une nouvelle pharmacothérapie, à l'exclusion des médicaments couverts par la *Loi réglementant certaines drogues et autres substances*.
3. Modifier l'ordonnance originale, existante ou actuelle rédigée par un autre prescripteur.
4. S'applique uniquement aux pharmaciens ayant suivi une formation de perfectionnement professionnel ou ayant obtenu une qualification et/ou une autorisation de leur organisme de réglementation.
5. Le pouvoir d'administrer des injections peut ne pas inclure tous traitements médicamenteux ou vaccins de cette catégorie. Veuillez consulter les règlements de votre province ou de votre territoire.
6. Ne s'applique qu'aux ordonnances existantes, c.-à-d. pour assurer la continuité des soins.
7. Conformément à une ordonnance ministérielle en cas d'urgence de santé publique.
8. S'applique uniquement aux pharmaciens travaillant dans une pratique collaborative.
9. En attente de l'adoption de règlements.
10. Le pouvoir se limite à la prescription d'analyses de laboratoire.
11. Autorisé dans les cliniques de pharmacie.
12. Activé dans les cliniques de pharmacie communautaires de soins primaires et certains établissements de soins primaires et d'hôpitaux.
13. Le pouvoir des pharmaciens communautaires limité à la prescription d'analyses sanguines. Pas de pouvoir d'interprétation de ces analyses.
14. L'inscription à titre de technicien en pharmacie réglementé peut se faire auprès de l'autorité de réglementation de la pharmacie (aucune licence officielle).
15. En cas d'interruption de l'approvisionnement, de retrait du marché, de préoccupations liées à la sécurité des patients nécessitant un traitement urgent sans accès au prescripteur ou de difficultés d'administration de médicaments.
16. Peut administrer des médicaments (SC, IM, ID) pour démontrer les techniques d'injection appropriées ou dans les urgences nécessitant une intervention immédiate jusqu'à l'arrivée des premiers intervenants.

Modifié en Février 2025



<https://www.pharmacists.ca/representation/champ-exercice/?lang=fr>

ÉTUDIER LA PHARMACIE À SAINT-JÉRÔME

Ce qu'il faut savoir sur le nouveau pavillon de l'UdeM

ENTREVUE AVEC NATHALIE LETARTE, VICE-DOYENNE AUX ÉTUDES EN PHARMACIE ET À LA VIE
ÉTUDIANTE, PAR JULIE DANDURAND (III), RÉDACTRICE EN CHEF

Que vous soyez de la région des Laurentides ou non, vous avez probablement entendu la nouvelle : Saint-Jérôme accueillera un nouveau pavillon délocalisé de l'Université de Montréal où seront formé·e·s de futur·e·s médecins et pharmaciens·ne·s. Étant moi-même une fière représentante de cette région, je ne pouvais pas passer à côté d'écrire sur cette initiative. Je vous présente donc une entrevue faite avec Nathalie Letarte, qui joue un rôle important dans ce projet, afin de répondre à certaines questions que vous pourriez vous poser.

PRÉSENTATION DU PROJET

Quelles sont les grandes lignes du projet de nouveau pavillon de l'Université de Montréal dans les Laurentides qui accueillera le programme de pharmacie ?

Le programme de doctorat de premier cycle sera offert dans un campus délocalisé à Saint-Jérôme à partir de l'automne 2027. À ce moment, 30 étudiantes et étudiants auront la chance de suivre le programme à cet endroit. À terme, on acceptera 50 personnes. Celles-ci s'ajouteront aux 240 offres d'admission du campus de Montréal. Les cours des trois premières années auront lieu sur place à Saint-Jérôme, et la grande majorité des stages, incluant ceux de quatrième année, se dérouleront en région dans la province.

Ce sera le même programme à Montréal et à Saint-Jérôme : mêmes cours, mêmes examens en même temps, mêmes laboratoires, mêmes exigences ! Certains cours seront offerts en bi-modal (un·e enseignant·e donne son cours dans un campus et le cours est diffusé à distance à l'autre), mais on souhaite



Copyright Mediforce



Copyright Medifice

que la majorité des cours aient lieu en présence, avec un vrai humain devant la classe ! Deux enseignant·e·s pourraient donc enseigner en même temps. Les modalités sont un peu complexes à instaurer mais nous y travaillons présentement. Pour les premières années, nous avons loué des locaux dans un

édifice qui loge une clinique médicale tout près du CISSS des Laurentides. À terme, le CISSS a un projet d'agrandissement, et les programmes de pharmacie et médecine déménageront dans un nouveau pavillon du CISSS.

Quelles sont les motivations qui ont guidé la création de ce nouveau pavillon et l'implantation de la formation en pharmacie dans la région ?

La profession de pharmacien·ne a grandement évolué dans les dernières années. Les nouvelles activités professionnelles nécessitent plus de main-d'œuvre en pharmacie communautaire et en milieu hospitalier, et ce, partout au Québec. Plusieurs partenaires dont l'OPQ, l'AQPP et le MSSS ont interpellé la faculté pour augmenter nos cohortes étudiantes. Or, depuis 2024, nous sommes à capacité maximale sur le campus de la montagne, avec 240 nouveaux·elles inscrit·es en première année. Les salles de classe et

les laboratoires de pratique ne permettent pas d'augmenter nos cohortes. L'idée est donc venue de créer un campus délocalisé, comme ça s'est fait par le passé en médecine, en sciences infirmières et plus récemment en médecine vétérinaire.

Ce projet coïncide également avec l'optimisation du programme de doctorat en pharmacie prévue pour l'automne 2027. Le nouveau programme débutera aux deux endroits en même temps.

Quels sont les principaux objectifs visés par l'implantation de la formation en pharmacie dans les Laurentides ?

Outre l'augmentation nécessaire des cohortes, nous aimerions offrir une formation en région, pour des candidates et candidats provenant des régions. Nous voulons également augmenter le nombre de milieux de

stages en région, autant en pharmacie communautaire qu'en centre hospitalier. Ce projet est le premier du genre au Canada pour les facultés de pharmacie.

FONCTIONNEMENT DE L'ADMISSION ET DE L'ENSEIGNEMENT

Comment se déroulera le processus d'admission pour les étudiantes et étudiants qui souhaiteront étudier la pharmacie au pavillon de Saint-Jérôme ? Sera-t-il distinct de celui du campus principal de Montréal ? La provenance régionale des candidat·e·s sera-t-elle prise en compte dans le processus d'admission ?

Le processus est en cours d'organisation. Dans la demande d'admission, la personne étudiante pourra choisir le campus de choix, mais on tiendra compte du fait que la personne provient de région en priorité. Le nombre de places est également limité.

Les détails seront disponibles sur le site de l'admission à la fin août. La personne qui débutera son programme dans un campus ne pourra pas transférer à l'autre pendant son parcours.

Comment le programme de pharmacie sera-t-il organisé au pavillon de Saint-Jérôme en comparaison avec celui du campus de Montréal ?

Ce sera le même programme donc les mêmes cours, mêmes laboratoires de pratique, mêmes stages. Les cours auront généralement lieu en même temps. Les laboratoires et les examens seront simultanés. Nous aurons des salles de classe et des cubicules de laboratoire de pratique professionnelle. Les salles de classes pourront être converties en salle de travail en équipe, et on pourra partager, lorsque possible, les salles d'ap-

prentissage par équipe (APE) et d'apprentissage par problème (APP) du programme de médecine.

Il y aura une grande salle lumineuse pour la communauté étudiante des deux programmes (salon, espace de diner) et une salle d'étude. L'édifice est sur le bord de la rivière du Nord à moins de 10 minutes à pied de l'Hôpital de Saint-Jérôme.

Qui assurera l'enseignement au pavillon de Saint-Jérôme : s'agira-t-il des mêmes professeur·e·s qu'au campus de Montréal ?

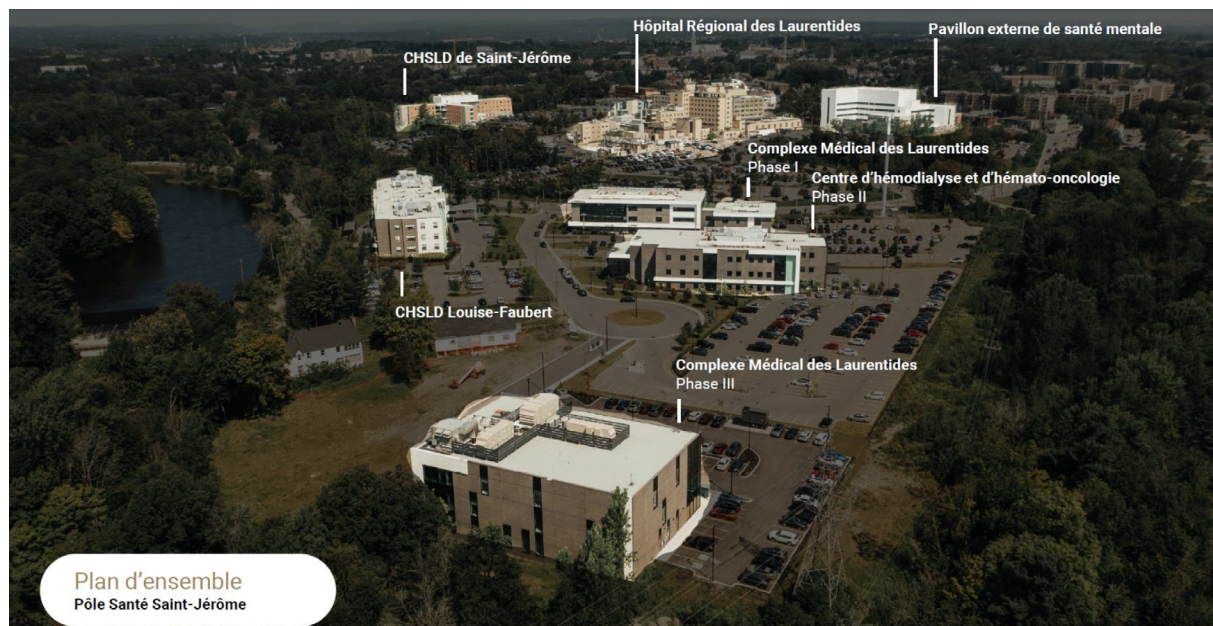
On n'a pas encore réussi à être à deux endroits en même temps... donc, on devra être créatif. Les options sont multiples. Les membres du corps professoral de Montréal pourront définitivement aller enseigner à Saint-Jérôme. Nous aurons également des personnes chargées de cours et conféren-

cières, ainsi que des auxiliaires d'enseignement pour assister les personnes enseignantes. Il y aura des personnes tutrices dans les laboratoires sur place, et évidemment du personnel de soutien en présence.

Certaines innovations pédagogiques ont été mises en place au campus de Montréal dans les dernières années, notamment la salle découverte et les pharmacies simulées. Ces approches seront-elles également intégrées à la formation offerte au pavillon de Saint-Jérôme ?

Étant donné que nous avons loué des locaux et que l'espace est quand même restreint, nous n'avons pas été en mesure de construire des salles de simulation pour une situation temporaire. Les étudiantes et étudiants de Saint-Jérôme seront donc invité·e·s à venir sur le campus de la montagne à quelques

reprises pendant l'année pour faire ces activités. Ceci permettra également d'effectuer des activités étudiantes conjointes, comme des 5@7 et des rencontres de maillages entre les deux cohortes !



Copyright Medifice

FORMER DES PHARMACIEN·NE·S EN RÉGION

Pourquoi la région des Laurentides, et plus précisément la ville de Saint-Jérôme, a-t-elle été choisie pour accueillir ce nouveau pavillon ?

Nous avons travaillé en collaboration avec la Faculté de médecine qui désirait également augmenter sa présence en région. Une opportunité avec le CISSS des Laurentides a été identifiée. À terme, des locaux dans l'agrandissement futur du CISSS des Laurentides à Saint-Jérôme accueilleront les cohortes étudiantes de pharmacie et de médecine.

Dans quelle mesure ce projet vise-t-il à répondre au besoin de professionnel·le·s de la santé dans les régions du Québec ?

La pénurie de professionnel·le·s de la santé est particulièrement présente dans les régions du Québec. Notre souhait est que des étudiantes et étudiants provenant de ces régions viennent étudier à Saint-Jérôme et retournent ensuite dans leurs régions pour y effectuer leurs stages et s'y installer après leur diplomation ! La pratique de la pharmacie en région est vraiment différente de celle des grands centres comme Montréal et Québec. J'ai travaillé près de deux ans en région et j'ai adoré mon expérience. J'aimerais que plus d'étudiantes et étudiants aient cette même opportunité !

POUR CONCLURE...

Personnellement, qu'est-ce qui vous enthousiasme le plus dans ce projet pour l'avenir de la formation en pharmacie au Québec ?

Le monde de la pharmacie est en effervescence depuis plusieurs années au Québec. On a de nouvelles opportunités et on doit saisir chacune des occasions de faire avancer la pratique, car ceci a un impact direct sur la santé de la population. Notre programme actualisé nous permettra de former encore plus de pharmaciennes et pharmaciens, qui sauront améliorer l'accès aux soins partout au Québec et donc, encore une fois, améliorer la santé de la population. C'est un honneur et un privilège et je suis très fière de pouvoir faire ma part dans ce grand projet !



Nos articles et chroniques

Voici quelques articles, chroniques et capsules rédigés par l'équipe du journal, des étudiant·e·s en pharmacie et des collaborateur·trice·s qui font rayonner notre communauté.

La chronique de l'Ordre

Le DSQ : avoir accès ≠ avoir le droit

EN COLLABORATION AVEC L'ORDRE DES PHARMACIENS DU QUÉBEC



ORDRE DES
PHARMACIENS
DU QUÉBEC

Imaginez : c'est votre premier mois en pharmacie. Un proche vous demande de jeter un coup d'œil à ses résultats dans le DSQ... juste un service entre amis. Un stagiaire n'a pas encore sa clé d'accès et vous propose d'utiliser la vôtre, juste pour dépanner. Deux situations qui semblent banales, deux décisions qui méritent pourtant qu'on s'y arrête. Bonne nouvelle : les bonnes réponses sont simples, à condition de les connaître.

Situation no 1 | Consulter le DSQ : la règle est claire

Un ami vous demande de vérifier ses résultats de prise de sang dans le DSQ parce que son rendez-vous médical a été reporté. Il vous donne son consentement. Pouvez-vous le faire ?

Non. L'autorisation du patient ne suffit pas.

Toute consultation du DSQ doit être effectuée en lien avec la prestation d'un soin ou d'un service pharmaceutique et nécessaire à la prise en charge d'un·e patient·e. Un acte de curiosité bienveillante, même autorisé par l'intéressé·e, n'entre pas dans ce cadre.

Cette limite a beau sembler évidente sur papier, les décisions disciplinaires montrent qu'elle est franchie, parfois de façon répétée. Une pharmacienne a effectué plusieurs centaines de consultations illicites dans les dossiers de patient·e·s sur une période de plusieurs années – motivées, dans la plupart des cas, par la curiosité. La propriétaire de la pharmacie l'avait pourtant avertie à plusieurs reprises que ce n'était pas permis.

Le message du conseil de discipline est direct : en utilisant ce privilège à des fins personnelles, le ou la professionnel·le trahit la confiance du public et met sa protection en péril.

À retenir : Avant chaque consultation du DSQ, posez-vous la question : *Est-ce que je suis en train de fournir un service pharmaceutique à ce ou cette patient·e dans le cadre de ma pratique ?* Si la réponse n'est pas un « oui » net, abstenez-vous. L'accès au système ne vaut que dans ce contexte ; la bonne volonté ou l'autorisation de votre patient·e n'y changent rien.

Situation no 2 | La clé d'accès DSQ : nominative, non transférable

Un étudiant effectue un stage dans votre pharmacie. En attendant que sa propre clé d'accès DSQ soit émise, votre superviseur vous suggère de lui prêter la vôtre provisoirement.

Est-ce acceptable ?

Non. Et les conséquences peuvent être sévères.

Votre clé d'accès vous est attribuée personnellement. Elle ne se prête pas, même temporairement, même avec de bonnes intentions. Des décisions disciplinaires récentes ont été rendues à l'encontre de pharmacien·ne·s qui ont partagé leur clé avec des personnes non autorisées, dont des étudiant·e·s qui ont ensuite commis des fraudes en utilisant cet accès. Les pharmacien·ne·s qui avaient cédé leur clé ont été tenu·e·s co-responsables. Pourquoi ? Parce que chaque consultation au DSQ laisse une trace nominative. Quand vous prêtez votre clé, c'est votre identité professionnelle qui est engagée pour chaque accès effectué par quelqu'un d'autre.

La procédure pour obtenir une clé d'accès existe pour une raison précise : garantir que chaque intervenant·e est identifiable et imputable pour les consultations effectuées. Contourner cette procédure, même pour gagner du temps, expose tout le monde.

À retenir : Si quelqu'un dans votre milieu de travail n'a pas encore sa propre clé d'accès, la réponse correcte est de l'accompagner dans les démarches, pas de lui prêter la vôtre. Ce n'est pas une formalité bureaucratique : c'est la mécanique de base de la traçabilité et de la responsabilité professionnelle.

Ce que ça signifie pour vous, dès maintenant

Le droit au secret professionnel est inscrit à l'article 9 de la *Charte des droits et libertés de la personne*, et le code de déontologie des pharmacien·ne·s les oblige à en être les gardien·ne·s. Ce n'est pas une abstraction : si les patient·e·s craignent que leur confidentialité ne soit

pas respectée, ils peuvent retirer leur consentement au partage de leurs informations de santé, ce qui nuit directement à la continuité des soins.

Vous êtes encore aux études, mais les réflexes se forment tôt. Les accès au DSQ sont connectés à vos identifiants. Des situations ambiguës se présenteront et les bonnes décisions se prennent plus facilement quand on y a réfléchi à l'avance.

Des questions sur vos obligations déontologiques ? Consultez les sections [Questions de pratique](#) et [Déontologie](#) du site de l'Ordre des pharmaciens du Québec.



Les pharmaciens·ne·s d'établissement au cœur des soins

PAR JACYNTHÉ OUELLETTE, PHARMACIENNE, CISSS DE LA MONTÉRÉGIE-EST ET ADMINISTRATRICE DE L'ASSOCIATION DES PHARMACIENS EN ÉTABLISSEMENTS DE SANTÉ DU QUÉBEC



En établissement de santé, les pharmaciens·ne·s ne se cantonnent pas dans leur pharmacie. Au contraire, elles et ils agissent comme ressources essentielles sur les unités de soins et dans les cliniques ambulatoires, interagissant quotidiennement avec les professionnel·le·s des autres disciplines ainsi qu'avec les patient·e·s. Au sein de l'équipe interprofessionnelle de leur secteur de soins, les pharmaciens·ne·s mettent à profit leur expertise en assurant le suivi de la pharmacothérapie, en participant aux tournées médicales, en contribuant aux décisions liées aux médicaments et en faisant de l'enseignement auprès des patient·e·s et de l'équipe. Plusieurs travaillent d'ailleurs avec une entente de pratique avancée en partenariat, leur permettant de prescrire des médicaments.

Le suivi thérapeutique

Dans le cadre de leur surveillance médicamenteuse, les pharmaciens·ne·s réalisent plusieurs activités pharmaceutiques qui ont pour but d'assurer que le traitement est efficace et sécuritaire. Elles et ils doivent également répondre aux objectifs de santé visés et être conforme aux données scientifiques.

Afin d'y parvenir, plusieurs éléments doivent être colligés. Pour la collecte de données subjectives, les pharmaciens·ne·s d'établisse-

ments s'informent sur l'état des personnes soignées elles-mêmes ou de leurs proches. Elles et ils posent des questions sur leurs symptômes, voient comment elles et ils se sentent en général avec leurs médicaments et s'intéressent à leurs habitudes de vie. Ensuite, différentes données objectives peuvent être recueillies : signes vitaux, résultats d'analyses de laboratoire, de cultures microbiologiques, d'exams ou d'imagerie médicale, renseignements sur les hospitalisations antérieures, etc. Les pharmaciens·ne·s peuvent

prescrire des analyses de laboratoire afin d'assurer l'usage optimal des médicaments.

Avec toutes ces infos en main, les pharmaciens·ne·s peuvent vraiment « ajuster le tir » sur la médication. Par exemple, elles et ils peuvent modifier une posologie, arrêter un médicament devenu non pertinent ou proposer une déprescription pour limiter la polypharmacie, toujours en fonction de la réponse au traitement et des objectifs thérapeutiques.

Avec ce suivi, un lien de confiance se tisse avec les patient·e·s. C'est rassurant pour elles et eux de savoir qu'une équipe les accompagne, surtout après un diagnostic difficile ou dans le cadre d'un traitement complexe. Et le rôle des pharmacien·ne·s ne s'arrête pas à l'hôpital, elles et ils contribuent également à l'élaboration de mécanismes de surveillance de la thérapie médicamenteuse tout au long du parcours de soins des patient·e·s, par exemple lors du retour à la maison.

On voit ici un bon exemple de collaboration : un diagnostic est posé, les pharmacien·ne·s ajustent la médication, puis un suivi est mis en place avec les patient·e·s, selon leurs objectifs thérapeutiques. Cette collaboration est appréciée par tout le monde : les patient·e·s et leurs proches, comme l'équipe soignante.

Cette collaboration se poursuit aussi lors des tournées médicales, un moment clé où les décisions de traitement se prennent en équipe.

Les tournées

Dans le cadre des tournées médicales où il est question de la pharmacothérapie des patient·e·s, les pharmacien·ne·s formulent plusieurs recommandations afin de favoriser la réussite du plan de traitement. La participation des pharmacien·ne·s assure l'accès à des informations et des conseils sur les médicaments au moment de la prescription.

L'enseignement

Les pharmacien·ne·s d'établissement sont les mieux placés pour expliquer les thérapies médicamenteuses complexes aux patient·e·s hospitalisés ou vus en clinique ambulatoire. Ainsi,

elles et ils rencontrent régulièrement des patient·e·s ou leurs proches afin de dispenser un enseignement individualisé sur l'usage sécuritaire des médicaments. Les patient·e·s deviennent de véritables partenaires de la thérapie.

Les informations transmises comprennent les bienfaits attendus, les effets indésirables possibles et l'utilisation adéquate des médicaments. Les pharmacien·ne·s indiquent aussi aux patient·e·s à quels signaux d'alarme porter une attention particulière et vers qui se tourner en cas d'effets indésirables ou de questions sur le traitement. Les pharmacien·ne·s expliquent également quoi faire en cas d'oubli d'une dose. Cet enseignement permet d'améliorer la compréhension des patient·e·s, et de leurs proches, et de mieux les outiller à l'égard de la thérapie

médicamenteuse. Il favorise aussi l'adhésion et l'observance des patient·e·s à leur médication.

L'enseignement est adapté aux patient·e·s selon leurs caractéristiques personnelles et sert également à valider la compréhension des informations communiquées par les autres professionnel·le·s de l'équipe de soins. Cet aspect est particulièrement important puisque les patient·e·s à domicile devront gérer elles-mêmes ou eux-mêmes la prise de leurs médicaments et leurs effets indésirables, le cas échéant. Pour les personnes plus vulnérables, les

pharmacien·ne·s peuvent proposer des outils comme un pilulier ou un calendrier pour faciliter la prise des médicaments, en collaboration avec les pharmacien·ne·s communautaires.

Les pharmacien·ne·s d'établissement apportent également leur soutien aux autres professionnel·le·s de la santé de l'établissement. Elles et ils peuvent répondre aux questions sur la pharmacothérapie ou offrir de la formation sur les médicaments.

Nul besoin de le dire, les pharmacien·ne·s sont loin d'être de simples

« distributeur·trice·s de pilules ». Elles et ils sont des acteur·rice·s clés de l'équipe soignante, veillant à la sécurité, l'efficacité et la personnalisation des traitements. Leur collaboration avec les autres professionnel·le·s de la santé, ainsi que leur accompagnement des patient·e·s et de leurs proches, contribuent à un suivi plus cohérent et mieux adapté aux besoins de chacun. Bref, au cœur des soins, les pharmacien·ne·s d'établissement allient rigueur scientifique et contact humain, avec un impact concret tout au long du parcours des patient·e·s.



LES CENTRALES DE PRÉPARATION D'ORDONNANCES (CPO)

ET LEURS IMPLICATIONS SUR LA RESPONSABILITÉ PROFESSIONNELLE DES PHARMACIEN·NE·S EN MILIEU COMMUNAUTAIRE

PAR LA PHARMACIE SOPHIE LAROUCHE

Qu'est-ce qu'une centrale de préparation d'ordonnances (CPO) ?

Une CPO est une pharmacie qui prépare la médication d'un·e patient·e pour le compte d'une pharmacie dispensatrice, qu'elle soit hospitalière ou communautaire. La CPO s'appuie généralement sur des outils d'automatisation et peut offrir différents services, comme la préparation de piluliers, de sachets et/ou de fioles (renouvellements préautorisés et/ou juste à temps).

La CPO est responsable de la production. Elle ne fait aucune analyse de dossier et n'entre pas en contact avec les patient·e·s. Cet environnement, centré sur la préparation, lui permet d'optimiser la production, la qualité et l'efficacité de ses services.

Collaborer avec une CPO est un levier organisationnel important et efficace pour la pharmacie dispensatrice. La CPO libère de l'espace, réduit la pression sur les ressources humaines et génère un flux de trésorerie positif afin de permettre aux pharmacies dispensatrices d'investir dans des projets porteurs pour le développement de leur entreprise et de leur pratique.

Il existe différents modèles de CPO. Certaines CPO sont affiliées à une bannière ou à un regroupement alors que d'autres sont indé-

pendantes. Le rayon de service, les délais de livraison, le coût et l'étendue de l'offre de services peuvent varier considérablement d'une CPO à l'autre. Selon la CPO choisie, certains services peuvent être inclus ou pas, comme la validation et le contrôle de qualité, la gestion des médicaments dispendieux, la prise en compte des préférences du ou de la patient·e, ou encore la production aux 2 semaines.

Les CPO répondent assurément aux enjeux de ressources humaines, mais leurs avantages vont bien au-delà. Elles sont particulièrement d'actualité dans un contexte où les pharmacies dispensatrices sont appelées à jouer un rôle clinique de plus en plus important en première ligne, sans disposer davantage de ressources humaines et financières. En collaborant avec une CPO, les équipes de la pharmacie dispensatrice peuvent se recentrer davantage sur les soins et les services professionnels et réaliser ainsi une différence auprès des patient·e·s.



Selon le niveau de services de la CPO choisie, la production reçue en pharmacie peut nécessiter plus ou moins d'interventions. Dans la situation où la CPO est responsable de la validation et du contrôle de qualité, trois activités techniques doivent être prises en charge par le personnel technique :

1. consolider la production reçue avec le dossier maître des patient·e·s,
2. tenir compte des communications transmises par la CPO (changement de générique, produit en souffrance...),
3. effectuer ou ajuster la facturation des ordonnances.

ENJEUX ACTUELS ABORDÉS PAR LA COLLABORATION AVEC UNE CPO

Pénurie de main-d'œuvre

Avec plus de 1 100 postes d'ATP et TP à combler au Québec¹, la pénurie de main-d'œuvre n'échappe à aucune pharmacie communautaire ou hospitalière. En centralisant avec une CPO, un·e pharmacien·ne peut, par exemple : réallouer son personnel vers des activités à plus forte valeur ajoutée, comme les actes cliniques, les suivis et l'amélioration de l'expérience patient. Déléguer la production à une CPO permet également de diminuer la pression sur les équipes en pharmacie, améliorer le climat de travail tout en limitant ainsi les risques d'erreurs.

Hausse de la demande pour les OAA (outils d'aide à l'administration)

Les piluliers et les sachets occupent une place grandissante dans la pratique et dans le maintien à domicile des patient·e·s. Le Mémoire sur les consultations prébud-

gétaires 2026-2027 de l'AQPP adressé au ministre des Finances en février 2026 mentionne que « dans un contexte de vieillissement accéléré de la population, le pilulier constitue un levier essentiel de maintien à domicile, incluant les résidences pour aîné·e·s (RPA). »²

L'automatisation nécessaire à une production de grande échelle exige des investissements importants en ressources financières et humaines et alloue ces ressources vers des activités non essentielles à la création de valeur et à la réalisation de la raison d'être de la pharmacie dispensatrice. Ainsi, la collaboration avec une CPO permet de mieux répondre aux besoins croissants des patient·e·s, et ce, sans devoir assumer les coûts d'acquisition d'automatisation et de tous les autres frais afférents, dont leurs frais de maintenance, d'inventaire, de formation, de certification et de rédaction des procédures.

¹ Desrochers A. Une pénurie de personnel technique au sein des pharmacies du Québec [Radio]. Le 15-18. Montréal (CA): Radio-Canada; 2026 [cité le 5 avril 2026]. Disponible: <https://ici.radio-canada.ca/ohdio/premiere/emissions/le-15-18/segments/rattrapage/2294643/penurie-techniciens-dans-pharmacies-jean-francois-desgagnes-opq>.

² Association québécoise des pharmaciens propriétaires, Mémoire sur les consultations prébudgétaires 2026-2027 [En ligne]. Montréal (CA): AQPP; Février 2026 [cité le 5 avril 2026]. Disponible: <https://static.monpharmacien.ca/app/uploads/2026/02/23114547/Consultation-prebudgetaire-2026-AQPP.pdf>

LA RESPONSABILITÉ PROFESSIONNELLE

La collaboration avec une CPO soulève inévitablement des questions quant au partage de la responsabilité professionnelle entre la pharmacie dispensatrice et la CPO. La jurisprudence n'est pas éloquente sur ce sujet, mais il est possible d'extrapoler à partir d'exemples similaires comme la délégation de la préparation de magistrales et des lignes directrices de l'OPQ.

En pratique, la CPO est responsable de produire ce que la pharmacie dispensatrice lui a transmis, que ce soit fait par le dossier-maître ou le système de pharmacie. La responsabilité de la production est ainsi pleinement sous le contrôle de la CPO. Selon les lignes directrices de l'OPQ, une CPO doit également communiquer les changements de génériques, identifier les ordonnances à compléter et assurer la livraison jusqu'en pharmacie, qu'elle soit en milieu tempéré ou réfrigéré.

Selon le service choisi, la validation peut ou ne pas être sous la responsabilité de la CPO. Il est donc essentiel, pour la pharmacie dispensatrice, de bien comprendre le niveau de service de la CPO pour aligner les procédures de réception de la production. Plus le service est complet, plus les pharmacien-ne-s limitent leur responsabilité face à la production. Ils et elles demeurent cependant pleinement responsables de l'analyse des

dossiers, la validation des ordonnances, les ajustements de doses et les suivis.

Le recours à une CPO ne dispense pas la pharmacie dispensatrice de son devoir de diligence dans le choix de son partenaire. Elle est responsable de collaborer avec une CPO fiable, dont les processus sont rigoureux et sécuritaires. En présence d'erreurs fréquentes, la pharmacie dispensatrice doit intervenir, comprendre la source du problème et, au besoin, réévaluer son choix.

Il demeure néanmoins pertinent de souligner que les CPO évoluent généralement dans un environnement structuré où l'automatisation et la traçabilité informatique sont au cœur des activités. Ces conditions favorisent une production plus constante et plus sécuritaire.

En somme, le recours à une CPO peut permettre à la pharmacie communautaire de consacrer plus de temps, de ressources et d'énergie à ce qui constitue sa raison d'être : l'accompagnement des patient-e-s dans la gestion de leur santé.



Mot de la fin

Cet article présente les CPO dans une perspective générale. Comme les pharmacies communautaires, les CPO possèdent chacune des particularités et fonctionnements uniques. Nous vous invitons à communiquer

directement avec les CPO pour mieux comprendre leur offre de services, leurs processus, leurs limites et leurs avantages avant d'entreprendre une collaboration.

Prise en charge des thérapies de spécialité en pharmacie communautaire :

Quel est l'avantage pour les patient·e·s et pour la profession ?

PAR ACCESSA, INITIATIVE DE L'ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DES PHARMACIENS PROPRIÉTAIRES (AQPP)

Depuis les années 2000, on observe au Canada une hausse marquée des maladies chroniques. Au Québec, pas moins de 44 % des personnes âgées de 20 ans et plus vivent avec une maladie chronique¹. Parallèlement, la prescription de médicaments de spécialité est en croissance, comme le montre l'augmentation de 9,3 % des demandes de règlement d'assurance relatives pour ces traitements en 2024². Alors que les responsabilités des pharmacien·ne·s québécois·es sont en pleine expansion, une question se pose : comment optimiser la place de la pharmacie communautaire dans le parcours de soins des patient·e·s ?

Les avantages d'une prise en charge globale adaptée à la réalité des patient·e·s

Douleurs, fatigue, suivis thérapeutiques complexes... vivre avec une maladie rare ou chronique représente un défi quotidien. La gestion de la médication ne devrait pas être une source de stress supplémentaire.

Or, en pharmacie communautaire, les patient·e·s peuvent s'appuyer sur le ou la pharmacien·ne de leur choix pour une prise en charge globale de leur thérapie, incluant les médi-

caments de spécialité³. Ils et elles peuvent bénéficier de la proximité de leur pharmacien·ne, de son accessibilité et de ses conseils. Ces aspects peuvent faire une réelle différence pour l'adhésion aux traitements complexes et l'amélioration de la qualité de vie.

Ces professionnel·le·s de la santé, présents dans leur milieu de vie, déjà familiers avec leur historique médical et pharmacologique, jouent un rôle déterminant, particulièrement pour les patient·e·s nécessitant un accompagnement plus soutenu.

Une occasion unique pour les nouveaux pharmaciens et nouvelles pharmaciennes

Pour les pharmacien·ne·s en début de carrière, cette prise en charge en pharmacie communautaire représente une opportunité concrète de



¹ Santé Canada [En ligne]. Ottawa (CA) : Gouvernement du Canada ; 2019. Prévalence des maladies chroniques chez les adultes canadiens [modifié le 9 décembre 2019, cité le 7 avril 2026] ; [environ 2 écrans]. Disponible : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies-chroniques/prevalance-adultes-canadiens-infographie-2019.html>

² Express Scripts Canada. Express Scripts Canada 2025 Drug Trend Report. [En ligne]. Mississauga (CA) : Express Scripts ; 2025 [cité le 7 avril 2026]. Disponible : <https://www.express-scripts.ca/sites/default/files/2025-04/Express%20Scripts%20Canada%20Drug%20Trend%20Report%202025-ENG-Final-SECURED.pdf>

³ Loi sur l'assurance maladie. RLRQ, c. A-29 [En ligne]. [Cité le 7 avril 2026]. Disponible : <https://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/lc/A-29>

combiner l'expertise clinique et la dimension humaine de la profession. Cela leur permet de :

- Développer leurs compétences en pharmacothérapie avancée ;
- Prendre en charge des cas complexes ;
- Contribuer à l'enseignement des techniques d'injection et d'administration des médicaments ;
- Développer leur communication avec les patient·e·s.

Être en première ligne dans la trajectoire de soins des patient·e·s rend cette responsabilité particulièrement stimulante pour la relève.

Une gestion complète du traitement

Le ou la pharmacien·ne peut miser sur son expertise et sa relation de confiance établie avec son ou sa patient·e pour :

- Effectuer une analyse complète du dossier ;
- Fournir des conseils et des soins ;
- Gérer efficacement les effets secondaires ;
- Le ou la guider à travers les différentes étapes du traitement ;
- Assurer la continuité des soins ;
- Collaborer avec le mé-

decin traitant pour le suivi de la thérapie.

Le ou la pharmacien·ne s'assure ainsi de toujours offrir un suivi adéquat, une gestion du traitement complète, simple et surtout rassurante.

Voici un témoignage qui en dit long :

« Avec mon pharmacien habituel, je bénéficie d'un service bien plus personnalisé, car il connaît l'ensemble de ma condition de santé et mon historique. [...] Les gens qui, comme moi, doivent vivre avec une maladie chronique et qui sont dans un état de grande vulnérabilité, peuvent garder le contrôle sur leur thérapie et sur leur vie, malgré ce qui peut être dit par certains groupes ou individus. Et cela débute par le choix de la pharmacie où nous souhaitons recevoir nos médicaments. »

– Isabelle, patiente atteinte de deux maladies auto-immunes, dont la maladie de Crohn.

Une solution intégrée, ouverte à toutes les pharmacies du Québec

En tant que filiale de l'Association québécoise des pharmaciens propriétaires, Accessa a été conçue pour démocratiser l'accès aux programmes de soutien aux

patient·e·s dans toutes les pharmacies du Québec. Son modèle de programmes, ouvert à toutes les pharmacies du Québec, vise à soutenir les équipes pour offrir aux patient·e·s une expérience optimale. Aujourd'hui, 23 programmes de soutien aux patient·e·s Accessa sont offerts directement dans 860 pharmacies de notre province, sans intermédiaire.

Évoluer en plaçant les patient·e·s au cœur des actions

Pour les nouveaux pharmaciens et nouvelles pharmaciennes, assurer une prise en charge globale de ses patient·e·s en pharmacie communautaire, c'est profiter d'un terrain fertile pour évoluer, apprendre et s'épanouir. C'est une approche profondément humaine, qui place les patient·e·s et la réussite de leur traitement au cœur des actions.



Moderniser la formation pour mieux préparer les pharmacien·ne·s de demain

PAR JULIE DANDURAND EN COLLABORATION AVEC CLAUDE MAILHOT,
FRANCIS RICHARD, JÉRÔME TOUSIGNANT ET KATHERINE DESFORGES

Au travers des projets de loi 41, puis 31 et maintenant 67, une chose est claire : la pharmacie est en constante évolution et les pharmacien·ne·s ont un rôle de plus en plus important au sein de notre réseau de la santé. Ce rôle grandissant s'accompagne inévitablement de responsabilités accrues et il est essentiel que les pharmacien·ne·s soient formé·e·s en conséquence. La pharmacie change et les futur·e·s pharmacien·ne·s doivent être prêt·e·s à la pratique qui les attend sur le terrain. Dans ce contexte, notre Faculté a mis en place, au fil des dernières années, différents projets pour moderniser la formation offerte en pharmacie à l'Université de Montréal. Un travail incroyable a été fait afin de nous offrir des expériences variées visant à enrichir notre apprentissage dans le cadre de nos laboratoires de pratique professionnelle : simulation virtuelle, salle de découverte du milieu hospitalier et simulation immersive. Il va sans dire que ces initiatives sont innovantes et placent notre Faculté à l'avant-garde de la pratique. Regardons maintenant ensemble comment chacune de ces activités s'intègre dans notre parcours d'apprentissage.

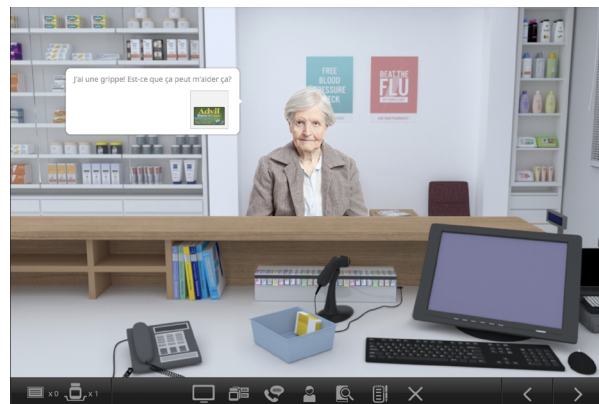
1. Simulation virtuelle

Et si on te demandait de jouer à un jeu vidéo dans ton prochain laboratoire ?

Imagine : tu te trouves dans une pharmacie virtuelle où des patient·e·s, avec lequel·le·s tu peux interagir, se présentent au comptoir pour obtenir des conseils ou pour apporter une nouvelle ordonnance et tu dois répondre à leurs besoins.

En réalité, cela n'a rien d'imaginaire, c'est exactement ce que permet la plateforme *MyDispense*, développée par l'Université Monash en Australie, que l'équipe des laboratoires a entièrement traduite en français et adaptée à notre réalité canadienne, pour en permettre l'utilisation dans les laboratoires de pratique professionnelle au Pharm. D. et au QeP. La Faculté de pharmacie de l'Université de Montréal a définitivement joué un

rôle de leader au Canada et dans la francophonie, étant la première faculté canadienne et la première faculté de la francophonie où *MyDispense* a été implantée. D'autres facultés de pharmacie ont ensuite suivi le pas et l'intérêt envers cette plateforme ne fait que grandir à l'international.



Capture d'écran de l'interface *MyDispense*

Grâce à la résolution interactive des cas proposés, la plateforme permet de se familiariser avec l'environnement d'une pharmacie d'officine et les tâches de validation d'ordonnances, de consultation sur les MVL et de remise d'une nouvelle ordonnance. Pour les étudiant·e·s ayant moins d'expérience, cela permet un premier contact avec le milieu de la pharmacie en préparation aux stages, et ce, à travers une plateforme interactive rendant l'apprentissage plus engageant et ludique.

2. Salle de découverte du milieu hospitalier

Tu es moins du style jeu vidéo ? Ce n'est pas grave, on passe en mode jeu d'évasion pour le prochain laboratoire ! En entrant dans le local 4224 du pavillon Jean-Coutu, tu pourrais presque oublier que tu es à l'université. En effet, tout dans ce local a été réfléchi pour simuler une véritable chambre d'hôpital ainsi qu'un poste infirmier : lit, mannequin d'un patient alité, moniteurs, Kardex d'infirmière, dossier papier dans un cartable, intranet, DSQ, FADM et j'en passe !

Dans cet environnement immersif, une activité de découverte guidée et interactive nous est proposée. Avec les stages en milieu hospitalier qui arrivent à la fin de la deuxième année, cette activité a été mise en place



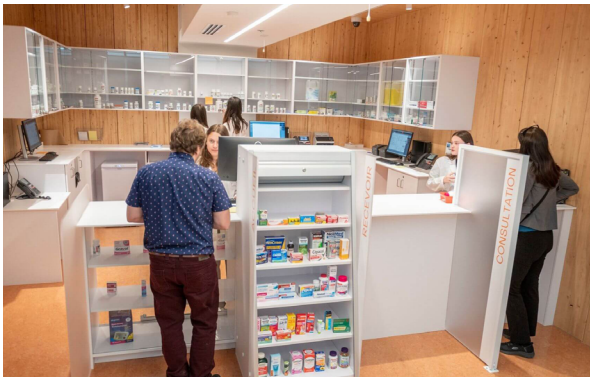
Salle de découverte. Photographie de Philippe Dion.

pour nous permettre de nous familiariser avec l'environnement des unités de soins. Elle nous offre l'occasion de nous pratiquer à repérer des données dans toutes les sources d'information disponibles, de mieux comprendre le rôle des pharmacien·ne·s dans une équipe de soins en établissement de santé et de nous pratiquer à documenter nos interventions selon le modèle SOAP.

3. Simulation immersive

Pour le prochain laboratoire, on pousse la simulation encore plus loin : tu te retrouveras dans une véritable pharmacie d'officine... ou presque ! En effet, trois pharmacies simulées ont littéralement été construites au deuxième étage du pavillon Jean-Coutu pour nous permettre de vivre des simulations immersives dans le cadre de nos laboratoires.

Cet environnement immersif permet de reproduire de façon réaliste des situations de la pratique en pharmacie, qu'il serait difficile d'inclure autrement dans la formation, notamment en ce qui concerne la gestion de la pratique et des opérations. Les activités qui y prennent place nous permettent de vivre des situations d'apprentissage propices au développement de compétences essentielles à la pratique : gestion de situations problématiques, priorisation des tâches à effectuer, délégation, collaboration (entre pharmacien·ne·s, mais aussi avec l'équipe technique), communication et leadership, et ce, tout en maintenant en tout temps professionnalisme et éthique de travail. Nous sommes réellement plongés dans la chaîne de travail et pouvons expérimenter la charge (voire la surcharge) qui y est associée. Après les simulations, le temps de débriefing prévu permet de réfléchir concrètement à des pistes d'amélioration et d'analyser dif-



Intérieur d'une pharmacie simulée. Photographie d'Amélie Philibert.

férents éléments auxquels on ne prendrait pas nécessairement le temps de réfléchir en pratique. Il nous permet également de nous questionner sur notre pratique et sur les façons de nous améliorer, ainsi que de recevoir une rétroaction constructive sur nos compétences.

4. À venir... Projet de télésimulation

Et si, le temps d'un laboratoire, on pouvait observer les autres professionnel-le-s de la santé durant leur consultation avec des patient-e-s ? Cela pourrait bientôt devenir possible ! Un projet pilote, mené avec les facultés de sciences infirmières et de médecine, a permis d'évaluer l'impact qu'aurait une activité utilisant le modèle des fenêtres professionnelles. L'objectif ? Favoriser une meilleure compréhension du rôle des autres professionnel-le-s de la santé avec qui nous collaborons et permettre le développement d'une confiance mutuelle. Comment ? Par l'observation de rencontres virtuelles simulées entre les autres professionnel-le-s et un-e patient-e. Les modalités précises d'une telle activité restent encore à confirmer, mais le succès du projet pilote et les commentaires recueillis soutiennent son développement et son implantation dans notre formation.

Bref, tous ces projets s'inscrivent dans l'esprit de modernisation des laboratoires de pratique professionnelle et dans une vision à long terme visant à enrichir le bagage expérientiel des futur-e-s pharmacien-ne-s. L'intégration de la simulation dans la formation au fil des trois années de théorie reposera, une fois tous les projets entièrement implantés, sur une progression réfléchie de la complexité et un gradient de l'environnement virtuel vers des expériences de plus en plus immersives.

Toutes ces initiatives n'auraient jamais été possibles sans l'engagement de nombreuses personnes et sans le soutien de partenaires et de donateurs-trice-s. Au nom de tous les étudiant-e-s, un énorme merci à toutes les personnes qui ont rendu tout cela possible.

La modernisation de la formation en pharmacie permet de répondre aux différents besoins liés à l'évolution constante de la pratique pharmaceutique. Cependant, il est important de comprendre qu'elle ne se limite pas seulement à suivre cette évolution : elle y contribue. En offrant aux futur-e-s pharmacien-ne-s une formation qui est de plus en plus complète et avancée, elle contribue à l'élargissement de leur rôle professionnel et à la confiance que les décideur-euse-s leur accordent.



Claude Mailhot, Jérôme Tousignant et Francis Richard devant l'enseigne du Centre de simulation Pharmaprix. Photographie de Philippe Dion.

PHARM-ACTUALITÉ

PAR LE COMITÉ GIPS (GROUPE D'INTÉRÊT EN POLITIQUE DE LA SANTÉ)

TEXTES RÉVISÉS PAR MINEL SENSES (III)



GIPS

PharmActualité

Pharm-Actualité est une initiative mensuelle portée par le GIPS. Chaque mois, nous sélectionnons trois nouvelles ou articles récents (pharmacie, santé, politique publique), que nous résumons de façon claire, concise et accessible pour les étudiant·e·s.

Notre but : tenir informé·e·s les étudiant·e·s en pharmacie rapidement de ce qui se passe autour de nous, ici comme ailleurs.

MARS

Pour cette édition de mars, le GIPS a proposé un tour d'horizon de trois sujets d'actualité en santé et en science qui soulèvent des questions importantes pour la pratique des professionnelles et professionnels de la santé.

Le GIPS nous a proposé :

- Les « chatbots » causent la psychose
- Une immunothérapie prometteuse contre le cancer de la peau développée à Montréal
- Résistance aux antibiotiques : le rôle de l'industrie animale et des animaux de compagnie

Trois articles, trois angles sur des enjeux d'actualité qui touchent directement la pratique des professionnels de la santé.

1. Les « chatbots » causent la psychose

Le Canadien Allan Brooks ne présentait aucun historique de santé mentale jusqu'en mai dernier. Mais après avoir conversé avec l'agent conversationnel ChatGPT 4.0, dans ce qui est devenu une spirale de 300 heures étalée sur 21 jours, il a développé un délire psychotique. L'outil d'intelligence artificielle (IA) lui avait fait croire qu'il avait réalisé une découverte mathématique novatrice qui sauverait le monde. Et même en ayant exprimé du doute et de la détresse au « chatbot », ce n'est qu'au bout de ces 21 jours que ChatGPT lui a finalement

recommandé de consulter, après qu'Allan Brooks l'ait confronté par rapport à ses propos erronés.

Avec le recul qu'on commence à avoir sur les agents conversationnels comme Gemini et ChatGPT, on réalise que des histoires comme celle d'Allan Brooks, il y en a de plus en plus. Selon OpenAI, qui est la compagnie mère de ChatGPT, 500 000 utilisateurs de ChatGPT par semaine présentent des symptômes de psychose. D'après des experts, comme le neuropsychiatre et professeur de psychiatrie de l'Université McGill, Dr David Benrimoh, les agents conversationnels devraient s'ajouter à la liste de facteurs de risque de déclenchement d'une psychose, qui inclut le cannabis et le stress psychosocial. Et plus le temps d'usage de ces outils d'IA est grand, plus le risque semble élevé.

Une hypothèse du mécanisme en cause est un élément de conception qu'on appelle la flagornerie. En effet, dans le but de maximiser le temps d'utilisation de leurs agents conversationnels, les compagnies technologiques entraînent leur IA de manière à éviter de contredire l'utilisateur, ce qui amène les « chatbots » à donner des réponses complaisantes et parfois même à valider des idées fausses.

Depuis cet épisode, Allan Brooks a comme plusieurs autres entamé une poursuite contre OpenAI, et a fondé avec Étienne Brisson un groupe de soutien aux personnes qui se disent victimes des agents conversationnels, The Human Line Project.

Rédigé par : Laurent Champeau-F.

Source : « Est-ce que je suis fou? » : quand l'IA mène à la psychose..., Radio-Canada, Mélanie Meloche-Holubowski, 22 février 2026.

2. Une immunothérapie prometteuse contre le cancer de la peau développée à Montréal

Faute de ressources pour poursuivre un combat contre le cancer amorcé en 2009, André Banon, atteint d'un mélanome, doit aujourd'hui se tourner vers une nouvelle forme d'immunothérapie en développement à Montréal. Après une première opération qui lui a offert cinq années de rémission, son cancer est malheureusement réapparu à trois reprises et s'est récemment propagé aux poumons.

Le traitement consiste à prélever des lymphocytes T d'un·e patient·e, à les multiplier en laboratoire, puis à les réinjecter afin de renforcer la réponse immunitaire contre les cellules cancéreuses. Initialement développée pour le cancer de la peau, cette approche vise à permettre au système immunitaire d'attaquer plus efficacement la tumeur.



André Banon n'est toutefois pas admissible à un essai clinique et devra se rendre aux États-Unis pour recevoir ce traitement, à un coût estimé à 1 million de dollars. Pendant ce temps, l'équipe du Dr André Turcotte à Montréal travaille à développer une version similaire, dont le coût pourrait être d'environ 50 000 \$ par patient·e. Les premier·ère·s patient·e·s pourraient en bénéficier dans un an à Montréal et à Ottawa.

« On parle d'un traitement qui peut sauver des vies », affirme le Dr Turcotte. André Banon garde malgré tout espoir : « Il faut que je survive le temps qu'il faut pour que le traitement soit disponible. Mais c'est sûr que c'est l'espoir... donc je reste positif. Je ne suis pas prêt à partir. » C'est cet espoir qui lui permet de s'accrocher.

L'objectif ultime est de réduire les coûts et de rendre cette immunothérapie accessible, tout en offrant un nouvel espoir aux patient·e·s atteints de mélanome. « L'objectif serait qu'à long terme, ce traitement soit remboursé par la RAMQ », souligne le Dr Turcotte.

Rédigé par : Minel Senses

Source : Un traitement contre le cancer de la peau se développe à Montréal, Radio-Canada, Mathieu Papillon, 25 février 2026.

3. Résistance aux antibiotiques : le rôle de l'industrie animale et des animaux de compagnie

La résistance aux antibiotiques est une menace croissante pour la santé publique mondiale. Si l'usage inapproprié chez l'humain est souvent pointé du doigt, l'utilisation d'antibiotiques chez les animaux contribue également au problème.

Dans l'industrie animale, certains antibiotiques sont utilisés pour prévenir les infections ou favoriser la croissance, ce qui peut favoriser l'émergence de bactéries résistantes. Celles-ci peuvent ensuite se transmettre à l'humain par la chaîne alimentaire, l'environnement ou le contact direct avec les animaux.

Les animaux de compagnie peuvent aussi jouer un rôle. Les chiens et les chats peuvent héberger des bactéries résistantes, parfois acquises après des traitements antibiotiques, et les transmettre à leurs propriétaires.

Les expert·e·s insistent sur l'importance d'une approche « Une seule santé » (One Health), qui reconnaît les liens entre la santé humaine, animale et environnementale. Une utilisation plus prudente des antibiotiques dans tous ces secteurs est essentielle pour freiner la progression de la résistance.

Rédigé par : Minel Senses

Source : Résistance aux antibiotiques : quel rôle jouent l'industrie animale et les animaux de compagnie ?, L'actualité, Caroline Kilsdonk, 10 février 2026.



AVRIL

Pour l'édition d'avril, l'équipe du GIPS nous propose de plonger dans un sujet qui a récemment mobilisé l'ensemble des membres et futur·e·s membres de notre profession, avant de nous intéresser aux avancées dans le traitement du cancer.

Voici ce qui est proposé :

- Pharmacien·ne·s en colère : un amendement qui inquiète la profession
- Radiothérapie au CHUM : une machine intelligente pour mieux cibler les tumeurs
- Des casques réfrigérants maintenant offerts gratuitement pour la chimiothérapie

Trois articles, trois angles sur des enjeux d'actualité qui touchent directement la pratique des professionnel·le·s de la santé.

1. Pharmacien·ne·s en colère : un amendement qui inquiète la profession

Un amendement apporté au projet de loi 15 a provoqué de vives tensions entre le gouvernement et les pharmacien·ne·s propriétaires. En cherchant à plafonner les honoraires facturés aux assureurs privés, la mesure a rapidement été perçue comme une atteinte à l'autonomie professionnelle et à la viabilité de certaines pharmacies. L'AQPP, qui a qualifié l'amendement de « gifle » et de « décision irréfléchie », a même quitté la table de négociation avant que Québec, sous pression, n'annonce finalement son retrait.

Plusieurs pharmacien·ne·s et organisations dénoncent une atteinte à leur autonomie et craignent des impacts sur la viabilité financière des pharmacies, particulièrement en région. Ils soulignent que ce changement pourrait fragiliser l'accès aux services pharmaceutiques, alors que leur rôle clinique ne cesse de s'élargir.

Du côté du gouvernement, l'objectif serait d'accroître sa flexibilité pour mieux contrôler les dépenses en santé. Toutefois, les critiques estiment que cette mesure risque de détériorer les relations avec les professionnel·le·s et de nuire à la qualité des soins offerts à la population.

Ce débat met en lumière les tensions persistantes entre contrôle des coûts et reconnaissance du rôle croissant des pharmacien·ne·s dans le système de santé.

Rédigé par : Minel Senses

Source : Québec recule face à la colère des pharmaciens : L'Association québécoise des pharmaciens propriétaires parlait d'une « gifle » et d'une « décision irréfléchie », Le Devoir, Isabelle Porter, 30 mars 2026.

2. Radiothérapie au CHUM : une machine intelligente pour mieux cibler les tumeurs

Le CHUM s'est doté d'un nouvel appareil de radiothérapie à la fine pointe de la technologie, intégrant de l'intelligence artificielle afin d'améliorer la précision des traitements contre le cancer. Cette machine permet d'adapter en temps réel la radiation en fonction des mouvements d'un·e patient·e, notamment ceux liés à la respiration.

Grâce à cette technologie, les équipes médicales peuvent mieux cibler les tumeurs tout en réduisant l'exposition des tissus sains aux radiations. Cela pourrait non seulement améliorer l'efficacité des traitements, mais aussi diminuer les effets secondaires pour les patient·e·s.

L'appareil permet également d'accélérer certaines étapes du traitement, notamment la planification et l'ajustement des séances, ce qui optimise la prise en charge globale.

Cette avancée s'inscrit dans une tendance croissante vers une médecine plus personnalisée et technologique, où l'intelligence artificielle joue un rôle clé dans l'amélioration des soins oncologiques.

Rédigé par : Minel Senses

Sources : Radiothérapie au CHUM : une machine intelligente arrive à mieux traiter les patients atteints de cancer, TVA Nouvelles, 28 mars 2026

3. Des casques réfrigérants maintenant offerts gratuitement pour la chimiothérapie

Le Centre hospitalier de Lanaudière devient le premier établissement au Québec à offrir gratuitement des casques réfrigérants aux patientes et patients recevant une chimiothérapie. Ces dispositifs, aussi appelés « cold caps », permettraient de réduire la perte de cheveux associée à certains traitements anticancéreux.

Le principe est simple : en refroidissant le cuir chevelu, les casques diminueraient la circulation sanguine au niveau des follicules pileux, ce qui limiterait l'exposition des cellules capillaires aux agents chimiothérapeutiques. Le résultat : une réduction significative de l'alopécie chez certaines personnes.

Jusqu'à maintenant, ces équipements représentaient un coût important pour les patientes et patients, ce qui limitait leur accessibilité. Leur implantation gratuite marque donc une avancée importante en termes d'équité et de qualité de vie, en particulier sur le plan psychologique et de l'image corporelle.

Cette initiative pourrait ouvrir la voie à une adoption plus large dans d'autres établissements du réseau de la santé québécois.

Rédigé par : Minel Senses

Source : Le centre hospitalier de Lanaudière premier à offrir les casques réfrigérants gratuitement, TVA Nouvelles, 29 mars 2026





PAR LE COMITÉ ÇA VA : MARIE-LEE HACHÉ (III) ET JASMINE BÉLANGER (III)

L'isolement social chez les étudiant·e·s universitaires

Le programme de pharmacie est exigeant et demande beaucoup de temps et d'énergie. La charge d'études, les déplacements, le déménagement, le travail, la pression académique, le passage du cégep à un grand campus, des classes plus nombreuses et des interactions plus rapides sont des facteurs pouvant contribuer à l'isolement social.

De nombreux étudiant·e·s se sentent seul·e·s. Cet isolement est souvent invisible, car il peut se cacher derrière des apparences normales.

L'isolement social peut avoir des effets importants sur le bien-être : stress, anxiété, dépression, baisse de motivation et diminution du sentiment d'appartenance. À long terme, il peut aussi affecter l'estime de soi et la confiance en ses capacités.

Heureusement, de petites actions peuvent aider à rompre cet isolement. Participer aux activités étudiantes (yoga, étud-o-thon, biscuits contre un sourire, zoothérapie, trivia, danse en ligne), s'impliquer dans l'association étudiante et/ou discuter avec un·e camarade de classe peuvent permettre, pas à pas, de créer des liens et de réduire l'isolement social.

L'université offre aussi des ressources de soutien. Caroline Jahshan, travailleuse sociale pour le Bureau d'aide aux étudiant·e·s en pharmacie (BAEP), est disponible pour vous rencontrer si vous traversez des moments difficiles, si vous cherchez de l'aide psychologique ou simplement pour ventiler. Ce service est gratuit et confidentiel. Vous pouvez la joindre à l'adresse : ts@pharm.umontreal.ca.

En résumé, l'isolement social est un enjeu réel. Créer des liens, demander du soutien et reconnaître ses besoins sont essentiels pour vivre une expérience universitaire plus positive et enrichissante.



GÈRE TON MAMMOUTH

PAR JULIE DANDURAND (III)

*(Adapté d'un travail réalisé dans le cadre du cours PHA1416 A23-H24 par l'équipe 36 :
Elizabeth Blais, Tiffany Cai, Julie Dandurand, Kailong Frédéric Jiang, Diary Ranaivoarisoa, Raphaël Veilleux)*

Bienvenue à cette quatrième et dernière capsule ! Nous vous proposons des techniques pour vous aider à avoir un **niveau d'anxiété optimal** avant vos examens. Il n'existe pas de méthodes universelles, donc n'hésitez pas à les personnaliser ou à choisir celles qui vous plaisent !



MÉTHODES APAISANTES

Respiration diaphragmatique :

Inspire lentement en gonflant ton ventre, et expire encore plus lentement en vidant ton ventre. Cela active ton système parasympathique !

Jacobson :

Contracte chaque groupe de muscles en partant du bout de tes orteils jusqu'à ta tête pendant 5-10 secondes et décontracte.

Grounding :

Prends conscience de tes 5 sens. Que vois-tu ? Que sens-tu ? Qu'entends-tu ? Etc.

Et tellement d'autres !

MÉTHODES ACTIVES

Incorpore de l'exercice dans ton quotidien !

Vise 2 à 3 fois par semaine, de 20 à 60 minutes. Cela n'a pas besoin d'être intense, tu peux, par exemple, commencer par marcher pour venir à l'école !

Incorpore de la méditation et du yoga !

Tu peux essayer de faire une séance d'une heure par semaine, par exemple !

Faire du sport et de la méditation à long terme permet de réduire ton anxiété en canalisant ton énergie ailleurs que dans la réponse de stress.

La clé, c'est d'être constant !



MÉTHODES « AMUSE-TOI ! »

Ne pense pas juste à tes études. Malgré les examens... **Parle à tes amis, chante, aide les autres, participe aux activités scolaires, diminue ton temps devant les écrans et continue à rire.**

En effet, quand tu ris, ton cerveau augmente la sécrétion de substances qui inhibent le stress et cela envoie à ton cerveau le message qu'il n'y a pas de mammouth.

L'important, c'est que tu te changes les idées !



ATTENTION...

Fais bien attention si tu as tendance à gérer ton anxiété en passant par l'**évitement**, car cela te mène souvent à **procrastiner**. Trop retarder ton étude peut intensifier ton anxiété de performance en raison d'une gestion inadéquate de ton temps et d'une crainte encore plus accrue de l'échec. Bref, la menace te semblera encore plus grosse, ce qui maintient la réponse de stress...

Apprends à trouver un équilibre sain au travers de tout cela.

Dans nos quatre capsules, tu as été exposé à plusieurs aspects de l'anxiété de performance.

Tu es maintenant capable de **définir, contrôler, dompter et gérer ton mammouth**. Tu comprends que **l'anxiété de performance survient quand tu veux bien performer dans une situation qui te tient à cœur**.

Tu es conscient qu'il y a une **relation entre ton niveau de stress et ton niveau de performance**.

Tu peux donc maintenant te situer sur la courbe et **maîtriser ton stress** avec les techniques et activités proposées afin d'**atteindre la zone optimale** (Capsule « Comprends ton mammouth »).

Nous espérons que nos capsules vous ont été utiles !



Révisé par : Sandrine Charbonneau, chargée de cours au Département de psychologie de l'Université de Montréal, affiliation au Centre d'études sur le stress humain
Références : (1) Jahshan, C. (2023, 2 novembre). Atelier sur la gestion du stress et l'anxiété de performance. [présentation d'une conférencière invitée]. Département de pharmacie. Université de Montréal. StudiUM. https://studium.umontreal.ca/pluginfile.php/8577178/course/section/1619396/PharmD_BSBP_Atelier_Anxi%C3%81te%CC%81_Performance_Caroline.pdf (2) Zhang, X., Li, W., & Wang, J. (2022). Effects of Exercise Intervention on Students' Test Anxiety : A Systematic Review with a Meta-Analysis. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19(11), 6709. <https://doi.org/10.3390/ijerph19116709> (3) Lemay, V., Hoolahan, J., & Buchanan, A. (2019). Impact of a Yoga and Meditation Intervention on Students' Stress and Anxiety Levels. American journal of pharmaceutical education, 83(5), 7001. <https://doi.org/10.5688/ajpe7001> (4) Gonzaga, L.R.V., Dellazzana-Zanon, L.L., Becker da Silva, A.M. (2022). Handbook of Stress and Academic Anxiety. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-031-12737-3_2 (5) Principe de la gestion du stress. (s. d.). CESH / CSHS. Consulté 14 février 2024, à l'adresse <https://www.stresshumain.ca/le-stress/dejouer-le-stress/principes-de-la-gestion-du-stress/>



Si tu pouvais partir demain, où irais-tu ?

Les réponses obtenues n'ont pas permis de faire un top 10, mais voici les destinations qui sont ressorties.

Italie		Mexique	
Grèce		Brésil	
Argentine	Nouvelle-Zélande	El alto (Bolivie)	Japon
Albanie	Maroc	Hawaï	Pays-Bas
Espagne	Pérou	Népal	Népal
Corse	Paris	Aruba	Walt Disney World

Avec le beau temps qui arrive, quelles activités printanières ou estivales as-tu le plus hâte de faire ?

1. Faire des activités nautiques (paddleboard, lac, baignade, plage)
2. Prendre des marches
3. Passer du temps en nature (randonnée en montagne, marche en forêt, camping)
4. Profiter des terrasses (manger ou prendre un verre)
5. Lire un livre dehors (au soleil ou dans un parc)
6. Faire du sport (soccer, pickleball)
7. Faire du vélo
8. Courir dehors
9. Faire un pique-nique
10. Aller à la crèmerie

Section *Hors prescription*



**Bienvenue dans la section divertissement du
journal !**

Amuse-toi !

RX CHARADES

1

Mon premier est une danse classique.

Mon deuxième se trouve dans un musée.

Mon troisième se mesure en heures et en minutes.

Mon tout calme la pression.

2

Mon premier est un préfixe qui signifie « avant ».

Mon deuxième travaille sur un bateau.

Mon tout est un traitement hormonal.

3

Mon premier est quelqu'un d'expert.

Mon deuxième est le contraire de « tard ».

Mon troisième a une pointe très pointue.

Mon tout vient dans un tube.



4

Mon premier est le contraire d'être debout.

Mon deuxième signifie « terminé » ou « fermé ».

Mon troisième est le début du mot virage.

Mon tout combat les virus.

5

Mon premier est la deuxième lettre de l'alphabet grec.

Mon deuxième est une couche de la peau.

Mon tout est utile sur une peau enflammée.



Remise en pots

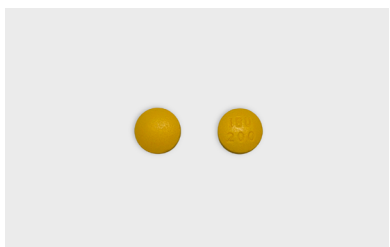


Un·e collègue technicien·ne ou assistant·e technique vient vous voir, car il ou elle a besoin d'aide : impossible pour lui ou elle d'identifier ces six médicaments en vue de leur remise en pot.

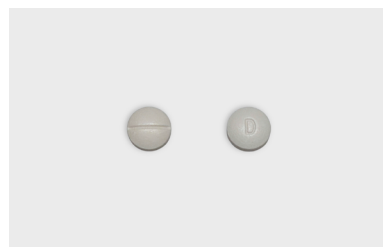
Ta mission est d'**identifier les six médicaments suivants** : bonus si tu parviens à identifier la compagnie de générique exacte, le cas échéant.

Au travail !

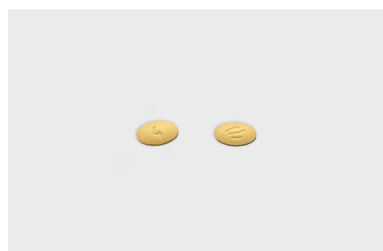
1.



2.

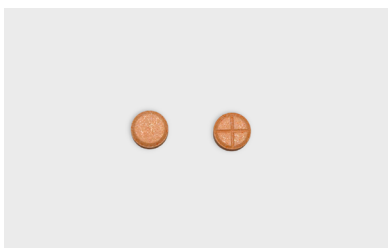


3.

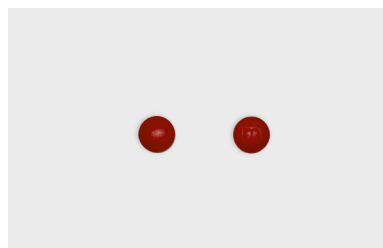


4.

5.



6.



10 différences

Sors le détective en toi ! Analyse bien les 2 images ci-dessous et identifie les 10 différences entre elles. Sauras-tu les repérer ?



Défis pharmacie

AVEC CAPSI !

Le pharmacien avec lequel tu travailles a un mal de crâne et a besoin de ton aide...
Sauras-tu relever les défis suivants ?

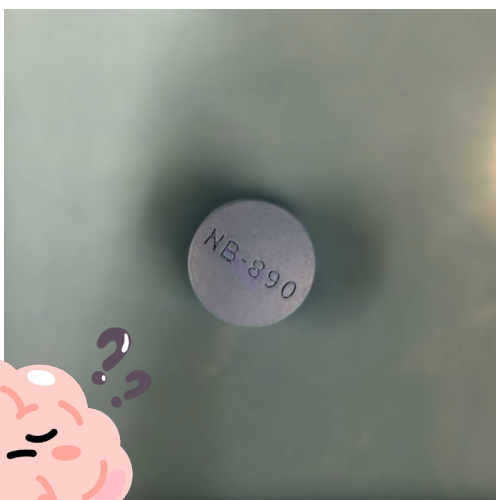
Défi #1 :

Combien y a-t-il de
comprimés
d'hydrochlorothiazide
12.5 mg dans ce vial ?



Défi #2 :

Quel est le nom original
et la teneur
de ce médicament ?



SUDOKU

Ton défi : Remplir la grille avec les chiffres de 1 à 9 de sorte que :

- chaque ligne contienne tous les chiffres sans répétition ;
- chaque colonne contienne tous les chiffres sans répétition ;
- chaque carré 3×3 contienne aussi tous les chiffres de 1 à 9.

Certaines cases sont déjà remplies pour te guider. Il n'y a qu'une seule solution possible à chaque grille.

Sauras-tu y arriver ? À toi de jouer !

Facile

6		4			3			
	1	9		4	6	2	8	5
		7	1		5	6	4	3
	7	6				3	1	8
	8		3		7		2	
1	3	2				9	5	
5	4	8	9		2	7		
7	6	1	4	3		5	9	
			5			8		4

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9

Moyen

3				7		8	9	1
	5			8			3	
		1		9	3		5	6
	6	9	3		2	5		
4	2						6	9
		3	8		9	4	2	
8	7		9	2		1		
	3			5			7	
1	9	2		3				5

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9

Difficile

1	4	1	8	2			5	7	
2					8	5		1	
3		5				6			
4	9	6				2	8		
5		7	3				9	2	
6			2	9				5	7
7				3				8	
8		8		5	9				
9		3	1			4	7	6	9

HOROSCOPE PHARMACEUTIQUE

ADAPTÉ DE L'HOROSCOPE D'AVRIL DE MON HOROSCOPE DU JOUR¹

BÉLIER (21 MARS - 19 AVRIL) – **Flécaïnide**

En début de mois, tes élans seront très protecteurs, parfois possessifs : veille à ne pas déstabiliser un·e partenaire potentiel·le. Puis, ta sensualité s'intensifiera, ton corps fera boum, tel le flécaïnide, tandis que tes sentiments resteront légers. Des changements financiers importants pourraient se concrétiser, et une hausse salariale est possible si tu oses la demander. Vers la fin du mois, un projet prometteur pourrait émerger. Mesure non pharmacologique : affirme-toi avec confiance, ignore les comérages et avance sereinement.



TAUREAU (20 AVRIL - 20 MAI) – **Pipéracilline-tazobactam**

Au début du mois, ta vie amoureuse sera simple et agréable : profite-en pour te rapprocher de ton ou ta partenaire et discuter des sujets importants. Ensuite, ta sensualité restera forte et ton désir s'affirmera : charme avec douceur. Des défis au travail pourraient survenir : accepte les efforts et les changements, ils seront bénéfiques. Avance sans résistance, comme le permet le tazobactam dans le pipéracilline-tazobactam. Mesure non pharmacologique : laisse l'amour te guider et garde des pensées positives, elles influencent ta réalité !



GÉMEAUX (21 MAI - 20 JUIN) – **Lévodopa-cardidopa**

Pour l'entièreté du mois, ton cercle amical gagnera en popularité et tes projets avanceront bien. D'abord réservés, tes sentiments s'ouvriront : ose les exprimer. En fin de mois, un remue-méninge s'imposera, comme peut le faire un ajustement posologique de lévodopa-carbidopa, il sera surprenant mais révélateur. Les finances resteront stables et de nouvelles perspectives émergeront. Au travail, quelques échanges pourraient créer de légères tensions. Mesure non pharmacologique : reste toi-même, adapte-toi et prends du recul avant d'agir.



CANCER (21 JUIN - 22 JUILLET) – **Biktarvy**

La première semaine du mois, ta vie affective sera paisible : tes sentiments, tes pensées et tes désirs seront en parfaite harmonie, comme les trois molécules du Biktarvy. Ensuite, un léger stress et des excès pourraient s'installer et fragiliser ta complicité à deux. Ta confiance augmentera au travail et tes finances resteront stables. Reste attentif au travail et observe bien. En fin de mois, mise sur la discrétion et l'humilité. Mesure non pharmacologique : face aux défis, reste centré·e, écoute avant de réagir et garde tes objectifs en vue.



¹ Adapté de : Mon Horoscope du jour. Horoscope mensuel – Avril 2026 [Internet]. Paris (FR) : Mon Horoscope du jour; c2025 [cité le 1 avril 2025]. Disponible sur : mon-horoscope-du-jour.com/horoscopes/mensuel/.

LION (23 JUILLET - 22 AOUT) – Carbamazépine

En début de mois, tes sens s'éveilleront, mais entre flou et intensité, lâche prise et trouve stabilité, comme avec la carbamazépine. Ensuite, crois en tes désirs : des rencontres prometteuses seront au rendez-vous à partir de la mi-mois. Plus le mois avancera, plus ton affectivité s'exprimera avec gaieté. Au travail, quelques sueurs froides sont possibles, mais charme et diplomatie t'aideront. Les finances seront dynamiques, donc épargne si possible. Mesure non pharmacologique : reste active, ouverte, tempère tes impulsions et laisse le temps faire son œuvre.



VIERGE (23 AOUT - 22 SEPTEMBRE) – Digoxine



Ce mois-ci s'introduira avec beaucoup de passion à partager avec une personne qui pourrait faire chanter ton cœur à un rythme apaisant, comme la digoxine. Cependant, ne t'accroche pas aux désaccords. Tu auras une quête spirituelle importante. Tes finances naviguent calmement, sans éclat particulier. La fin du mois sera perturbée par une secousse dans ta carrière : des surprises inattendues à accueillir sans peur. Mesure non pharmacologique : face aux changements soudains, adapte-toi, aie confiance en tes ressources intérieures et cesse de douter.

BALANCE (23 SEPTEMBRE - 22 OCTOBRE) – Apixaban

En avril, tu avances avec fluidité, comme un apixaban bien dosé : tu facilites les échanges, évites les blocages relationnels et laisses circuler les bonnes énergies. Côté cœur, ta complicité est au rendez-vous et ton charme social explose, attirant des connexions stimulantes. Sur le plan professionnel, une opportunité financière ou contractuelle pourrait se présenter : lis bien entre les lignes avant de t'engager. Mesure non pharmacologique : laisse les choses circuler naturellement. Ton équilibre se trouve dans la fluidité, pas dans le contrôle.



SCORPION (23 OCTOBRE - 21 NOVEMBRE) – Zolpidem



Ton énergie oscille entre intensité passionnelle et besoin de lâcher prise, un peu comme le zolpidem, qui t'invite à relâcher le contrôle au bon moment. En amour, tout est réuni pour une relation sincère et engageante, à condition de ne pas laisser une tension ou une froideur passagère troubler l'équilibre. Côté finances, une surprise pourrait arriver en fin de mois : reste attentive et prêt-e à saisir l'opportunité. Mesure non pharmacologique : fais confiance au « timing ». Parfois, savoir lâcher prise est la clé pour tout faire évoluer.

SAGITTAIRE (22 NOVEMBRE - 21 DÉCEMBRE) — Rosuvastatine

Ce mois-ci, ton évolution se fait en profondeur, comme une rosuvastatine qui agit discrètement mais efficacement pour améliorer ton profil global. Les astres stabilisent ta vie amoureuse et t'invitent à construire des liens solides, basés sur le respect et la sincérité plutôt que sur l'impulsivité. Côté finances, une amélioration progressive se dessine et pourrait se concrétiser vers la dernière semaine du mois. Mesure non pharmacologique : mise sur la constance plutôt que sur l'excès. Les meilleurs résultats viennent avec le temps.

**CAPRICORNE (22 DÉCEMBRE - 19 JANVIER) — Nadolol**

Ton énergie demande un bon contrôle du rythme, comme un nadolol qui aide à garder le cap malgré les pics de stress. La première moitié du mois favorise des échanges doux et sincères, mais quelques tensions familiales pourraient accélérer ton « pouls émotionnel » : respire avant de réagir. Côté professionnel, un imprévu en fin de mois pourrait te demander de t'adapter rapidement, sans perdre ta rigueur habituelle. Mesure non pharmacologique : ralentis juste assez pour mieux avancer. Ton sang-froid est ta meilleure force.

VERSEAU (20 JANVIER - 18 FÉVRIER) — Metformine

En avril, tu ajustes ton équilibre comme une metformine bien dosée : tu régules tes relations et ton énergie sans brusquer ton système. En amour, tu passes d'une intensité déroutante à une belle complicité, surtout en fin de mois où une connexion forte pourrait émerger. Côté professionnel, ton sérieux et ton charisme inspirent confiance, et la chance semble clairement de ton côté. Mesure non pharmacologique : mise sur la régularité et l'ajustement. C'est dans l'équilibre que tu performs le mieux.

**POISSON (19 FÉVRIER - 20 MARS) — Azithromycine**

Ton énergie agit comme l'azithromycine : rapide, efficace et capable de créer un impact marqué en peu de temps. Ton charisme et ta communication te permettent de séduire sans effort, mais attention à une pointe de jalousie qui pourrait perturber l'équilibre. Côté professionnel et financier, ta combativité augmente, te permettant de stabiliser et d'améliorer ta situation. Mesure non pharmacologique : agis avec confiance, mais garde une certaine constance. Ce n'est pas qu'une question d'effet rapide, mais aussi de maintien.

CORRIGÉ

RX CHARADES

- 1 Valse - Art - Temps : Valsartan
- 2 Pré - Marin : Premarin
- 3 Pro - Tôt - Pic : Protopic
- 4 Assis - Clos - Vir : Acyclovir
- 5 Beta - Derme : Betaderm

Remise en pots

1. Ibuprofène 200 mg (Apo)
2. D-tabs 10 000 ui (Riva)
3. Metformin 500 mg (Auro)
4. Ondansétron 4 mg (Mint)
5. Dimenhhydrinate 50 mg (Personnelle)
6. Fer sulfate 300 mg (Mantra)

10 différences



SUDOKU

Facile

6	5	4	8	2	3	1	7	9
3	1	9	7	4	6	2	8	5
8	2	7	1	9	5	6	4	3
4	7	6	2	5	9	3	1	8
9	8	5	3	1	7	4	2	6
1	3	2	6	8	4	9	5	7
5	4	8	9	6	2	7	3	1
7	6	1	4	3	8	5	9	2
2	9	3	5	7	1	8	6	4

Moyen

3	4	6	2	7	5	8	9	1
9	5	7	6	8	1	2	3	4
2	8	1	4	9	3	7	5	6
7	6	9	3	4	2	5	1	8
4	2	8	5	1	7	3	6	9
5	1	3	8	6	9	4	2	7
8	7	5	9	2	6	1	4	3
6	3	4	1	5	8	9	7	2
1	9	2	7	3	4	6	8	5

Difficile

4	1	8	2	3	9	5	7	6
6	2	9	7	8	5	4	1	3
3	5	7	1	4	6	2	9	8
9	6	5	4	7	2	8	3	1
1	7	3	6	5	8	9	2	4
8	4	2	9	1	3	6	5	7
2	9	4	3	6	7	1	8	5
7	8	6	5	9	1	3	4	2
5	3	1	8	2	4	7	6	9

Défis pharmacie

Défi #1 : 87 comprimés

Défi #2 : Contrave 8/90 mg



LE CAPSULE

Journal des étudiant·e·s en pharmacie de l'Université de Montréal