

# BOTTIN DES RÉSIDENTS SENTINELLES 2025-2026



Association des médecins  
résident·e·s de Montréal

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

Rédigé par Dr Alexandre Hudon, psychiatre  
Mis à jour par Yin Nan Huang, VP bien-être AMRM 2024-2026

# POUR VOUS RETROUVER

Rôle des résidents sentinelles.....	page 3
Quand demander de l'aide?.....	page 4
Comment nous reconnaître?.....	page 5

## **Bottin des résidents sentinelles par programme**

Cardiologie - Gastroentérologie.....	page 6
Médecine familiale.....	page 7-12
Médecine génétique.....	page 13
Médecine interne tronc commun.....	page 14-20
Médecine interne générale.....	page 21
Obstétrique et gynécologie.....	page 22
Pédiatrie - Pneumologie.....	page 23
Psychiatrie.....	page 24-25
Radiologie - Radio-oncologie.....	page 26
Santé publique.....	page 27
Ressources utiles.....	page 28

# RÔLES DES RÉSIDENT(E)S SENTINELLES

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

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

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

# QUAND DEMANDER DE L'AIDE?

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

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

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

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

## \* Via leur Macaron



## \* Via leur signature



*Je suis résidente sentinelle pour les externes et les résident.e.s de l'Université de Montréal.  
Je suis disponible pour vous écouter et vous orienter vers des ressources. Vous pouvez me contacter ou trouver un autre sentinelle via le bottin des résident.e.s sentinelles qui se trouve dans les milieux de stage.*

Faculté de médecine - Université de Montréal



MÉDECIN  
RÉSIDENT  
ACTEUR DE  
CHANGEMENT  
FACULTÉ DE MÉDECINE

## \* Via le bottin des résidents sentinelles



## \* Via leur lanyard



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

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

C

## Cardiologie



**Nom: Christine Vu (elle)**

**Année de résidence: R5**

**Milieu principal: CHUM/ICM/HSCM**

**Contact:**

**Adresse courriel:**  
[christine.vu.1@umontreal.ca](mailto:christine.vu.1@umontreal.ca)

**Facebook:** Christine Vu

**Pineapples do not belong on a pizza**

G

## Gastroentérologie



**Nom: Yuting Jiang**

**Année de résidence: R4**

**Milieu principal: CHUM**

**Contact:**

**Adresse courriel:**  
[yu.ting.jiang@umontreal.ca](mailto:yu.ting.jiang@umontreal.ca)

**Facebook:** Yuting Amy Jiang

**I like pineapples on my pizza**

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

M

## Médecine familiale



**Nom:** Malik Zennadi

**Année de résidence:** R1

**Milieu principal:** GMF Hochelaga-Maisonneuve

**Contact:**

**Adresse courriel:**

[malik.zennadi@umontrea.ca](mailto:malik.zennadi@umontrea.ca)



**Facebook:** Malik Zennadi

**Danser, c'est mon truc pour décrocher et me vider la tête!**



**Nom:** Charles-Olivier Routhier

**Année de résidence:** R1

**Milieu principal:** GMFU Maisonneuve-Rosemont

**Contact:**

**Adresse courriel:**

[charles-olivier.routhier@umontreal.ca](mailto:charles-olivier.routhier@umontreal.ca)



**Facebook:** Charles-Olivier Routhier

**If you only have one life to live, may it be on a Disney cruise**



**Nom:** Georgy Sarraf

**Année de résidence:** R1

**Milieu principal:** GMF-U Bordeaux-Cartierville

**Contact:**

**Adresse courriel:**

[georgy.sarraf@umontreal.ca](mailto:georgy.sarraf@umontreal.ca)



**Facebook:** Georgy Sarraf

**I want to explore all the continents**

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

M

## Médecine familiale



**Nom:** Sara Bassili  
**Année de résidence:** R1  
**Milieu principal:** GMF-U Bordeaux-Cartierville  
**Contact:**  
✉ **Adresse courriel:** [sara.bassili@umontreal.ca](mailto:sara.bassili@umontreal.ca)  
Messenger icon **Facebook:** Sara Bassili

you only live once



**Nom:** Valérie Lemieux  
**Année de résidence:** R1  
**Milieu principal:** GMF-U des Faubourgs  
**Contact:**  
✉ **Adresse courriel:** [valerie.lemieux.1@umontreal.ca](mailto:valerie.lemieux.1@umontreal.ca)  
Messenger icon **Facebook:** Lem Val

Strength is a balance of ego and personality



**Nom:** Élisa Frizon-Peresa (elle)  
**Année de résidence:** R2  
**Milieu principal:** Cité-de-la-Santé  
**Contact:**  
✉ **Adresse courriel:** [elisa.frizon-peresa@umontreal.ca](mailto:elisa.frizon-peresa@umontreal.ca)  
Messenger icon **Facebook:** Élisa Frizon-Peresa

Les chances sont que je profite de dehors 🌳

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

M

## Médecine familiale



**Nom:** Sarah Baaklini  
**Année de résidence:** R1  
**Milieu principal:** GMF-U Verdun  
**Contact:**  
✉ **Adresse courriel:** [Sarah.baaklini@umontreal.ca](mailto:Sarah.baaklini@umontreal.ca)  
💬 **Facebook:** Srh Bkln-Gchrd

**Solution miracle:** flatter un chat :P



**Nom:** Alexandra Ioana Movila  
**Année de résidence:** R1  
**Milieu principal:** GMF-U Sacré-Coeur  
**Contact:**  
✉ **Adresse courriel:** [ioana.alexandra.movila@umontreal.ca](mailto:ioana.alexandra.movila@umontreal.ca)  
💬 **Facebook:** Alexandra Ioana Movila

**Solution miracle :** flatter un chien :)



**Nom:** Pascale Coulombe (elle)  
**Année de résidence:** R2  
**Milieu principal:** GMF-U Sacré-Coeur  
**Contact:**  
✉ **Adresse courriel:** [pascale.coulombe.1@umontreal.ca](mailto:pascale.coulombe.1@umontreal.ca)  
💬 **Facebook:** Pascale Coulombe

**Cuisiner est la meilleure manière de méditer 😊**

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

M

## Médecine familiale



**Nom:** Anne-Sophie Lauzé  
**Année de résidence:** R2  
**Milieu principal:** GMF-U Claude-David  
**Contact:**

- Adresse courriel:** [annesophie.lauze@gmail.com](mailto:annesophie.lauze@gmail.com)
- Facebook:** Anne-Sophie Lauzé

**Un dessert ça règle pas tout mais ça aide pas mal**



**Nom:** Florence Ruel-Ricard  
**Année de résidence:** R2  
**Milieu principal:** GMFU Les Montérégiennes  
**Contact:**

- Adresse courriel:** [florence.ruel-ricard@umontreal.ca](mailto:florence.ruel-ricard@umontreal.ca)
- Facebook:** Florence RRicard

**Grande fervente du diction qu'il y a toujours moyen de moyenner!!!**



**Nom:** Radilena Paskaleva (elle)  
**Année de résidence:** R1  
**Milieu principal:** GMF-U Les Montérégiennes  
**Contact:**

- Adresse courriel:** [radilena.paskaleva@umontreal.ca](mailto:radilena.paskaleva@umontreal.ca)
- Facebook:** Radilena Paskaleva

**J'ai probablement le meilleur ratio de films vus / patients.es vus.es dans la dernière année de toute ma cohorte.**

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

M

## Médecine familiale



**Nom: Samuel Lauzon**

**Année de résidence: R1**

**Milieu principal: GMF St-Joseph (Trois-Rivières)**

**Contact:**



**Adresse courriel:**

[Samuel.lauzon@umontreal.ca](mailto:Samuel.lauzon@umontreal.ca)



**Facebook:** Samuel Lauzon

**Pour être heureux, on ne doit pas toujours se prendre au sérieux**



**Nom: Charlie Dupras**

**Année de résidence: R2**

**Milieu principal: GMF-U Shawinigan**

**Contact:**



**Adresse courriel:**

[charlie.dupras@umontreal.ca](mailto:charlie.dupras@umontreal.ca)



**Facebook:** Charlie Dupras

**Les siestes, c'est la vie (avec modération 😊)**



**Nom: Élise Ferguson (elle)**

**Année de résidence: R1**

**Milieu principal: GMF-U Mont-Laurier**

**Contact:**



**Adresse courriel:**

[elise.ferguson@umontreal.ca](mailto:elise.ferguson@umontreal.ca)



**Facebook:** Élise Ferguson

**Stay weird** 🏳️🌈

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

M

Médecine familiale



**Nom: Karelle Kouamé (elle)**

**Année de résidence: R2**

**Milieu principal: Les Eskers d'Amos**

**Contact: 819 860 6679**

 **Adresse courriel:**  
[karelle.aurelie.kouame@umontreal.ca](mailto:karelle.aurelie.kouame@umontreal.ca)

 **Facebook: Karelle Kouamé**

**Personne ne peut écrire mon histoire à ma place!**

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

M

## Médecine génétique



**Nom: Alicia Truchon**

**Année de résidence: R1**

**Milieu principal: CHUM / CHU Ste-Justine**

**Contact:**



**Adresse courriel:**

**alicia.truchon.1@umontreal.ca**



**Facebook: Alicia Truchon**



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

M

## Médecine interne- tronc commun



**Nom:** Yin Nan Huang (elle)

**Année de résidence:** R3

**Milieu principal:** HMR

**Contact:**



**Adresse courriel:**

[yin.nan.huang@umontreal.ca](mailto:yin.nan.huang@umontreal.ca)



**Facebook:** Yin Nan

**Rocks are meant to climb :)**



**Nom:** Guillaume Lavoie (il/lui)

**Année de résidence:** R3

**Milieu principal:** HMR

**Contact:**



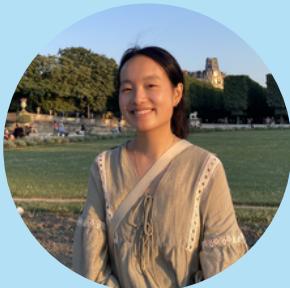
**Adresse courriel:**

[guillaume.lavoie.6@umontreal.ca](mailto:guillaume.lavoie.6@umontreal.ca)



**Facebook:** Gui Lv

**Facile d'approche pour une discussion!**



**Nom:** Jessica Liu (elle)

**Année de résidence:** R3

**Milieu principal:** HMR

**Contact:**



**Adresse courriel:**

[jessica.liu@umontreal.ca](mailto:jessica.liu@umontreal.ca)



**Facebook:** Jessica Liu

**Certified Swiftie 🎵**

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

M

## Médecine interne - tronc commun



**Nom:** **Qing Yin Wang (elle)**

**Année de résidence:** R3

**Milieu principal:** HMR

**Contact:**

✉ **Adresse courriel:**  
[qing.yin.wang@umontreal.ca](mailto:qing.yin.wang@umontreal.ca)

Messenger icon **Facebook:** **Qing Yin Wang**

**Mes intérêts hors médecine : dessiner et bricoler!**



**Nom:** **Francis Carrier (il/lui)**

**Année de résidence:** R2

**Milieu principal:** HMR

**Contact:**

✉ **Adresse courriel:**  
[francis.carrier.1@umontreal.ca](mailto:francis.carrier.1@umontreal.ca)

Messenger icon **Facebook:** **Francis Carrier**

**Facile d'approche quel que soit l'enjeu**



**Nom:** **Olivier Bédard**

**Année de résidence:** R2

**Milieu principal:** HMR

**Contact:**

✉ **Adresse courriel:**  
[olivier.bedard@umontreal.ca](mailto:olivier.bedard@umontreal.ca)

Messenger icon **Facebook:** **Olivier Bédard**

**Brunch is the best meal** 🥞

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

M

## Médecine interne - tronc commun



**Nom:** Aya Delimi (elle)

**Année de résidence:** R2

**Milieu principal:** HMR

**Contact:**

**Adresse courriel:**  
[aya-amani.delimi@umontreal.ca](mailto:aya-amani.delimi@umontreal.ca)

**Facebook:** Aya Delimi

(I'm just a girl ➡➡ )



**Nom:** Alexandrine Gagnon (elle)

**Année de résidence:** R1

**Milieu principal:** HSCM

**Contact:**

**Adresse courriel:**  
[alexandrine\\_gagnon@hotmail.com](mailto:alexandrine_gagnon@hotmail.com)

**Facebook:** Alexandrine Gagnon

**Mon objectif de vie :** Visiter le monde entier 😊



**Nom:** Justine Barrette (elle)

**Année de résidence:** R1

**Milieu principal:** HSCM

**Contact:**

**Adresse courriel:**  
[justine.barrette.1@umontreal.ca](mailto:justine.barrette.1@umontreal.ca)

**Facebook:** Justine barrette

**Mon plus grand rêve:** finir un Ironman!!

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

M

Médecine interne - tronc commun



**Nom:** Dania Sakr  
**Année de résidence:** R2  
**Milieu principal:** HSCM  
**Contact:**

**Adresse courriel:** [dania.sakr@umontreal.ca](mailto:dania.sakr@umontreal.ca)  
 **Facebook:** Dania Sakr

Pour me trouver, suivez les miettes d'algues grillées.



**Nom:** David Khayat-Rondeau  
**Année de résidence:** R1  
**Milieu principal:** CHUM  
**Contact:**

**Adresse courriel:** [David.khayat-rondeau@umontreal.ca](mailto:David.khayat-rondeau@umontreal.ca)  
 **Facebook:** David Khayat-Rondeau

J'ai besoin d'un buddy de plongée sous-marine



**Nom:** Wendy Yang  
**Année de résidence:** R1  
**Milieu principal:** CHUM  
**Contact:**

**Adresse courriel:** [Wendy.yang@umontreal.ca](mailto:Wendy.yang@umontreal.ca)  
 **Facebook:** Wendy Yang

Always down for asian food

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

M

## Médecine interne - tronc commun



**Nom: Marie-Phillip Ducharme**

**Année de résidence: R1**

**Milieu principal: CHUM**

**Contact:**



**Adresse courriel:** marie-philip.ducharme@umontreal.ca



**Facebook:** MPhil Dch

**Mes sources de bonheur : la musique et le plein air !**



**Nom: Myriam Le Quoc (elle)**

**Année de résidence: R2**

**Milieu principal: CHUM**

**Contact:**



**Adresse courriel:** myriam.le.quoc@umontreal.ca



**Facebook:** Myriam Le Quoc

**Toujours partante pour une activité impliquant de la nourriture 😊**



**Nom: Mathilde Dano (elle)**

**Année de résidence: R2**

**Milieu principal: CHUM**

**Contact:**



**Adresse courriel:** mathilde.dano@umontreal.ca



**Facebook:** Mathilde Dano

**Le seul remède c'est le temps**

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

M

## Médecine interne - tronc commun



**Nom:** Dani Abas

**Année de résidence:** R2

**Milieu principal:** CHUM

**Contact:**

✉ **Adresse courriel:**  
[dani.abas@umontreal.ca](mailto:dani.abas@umontreal.ca)

Messenger icon **Facebook:** Dany Ab

Let's jam! 🎶🥁



**Nom:** Yanyan He (il/lui)

**Année de résidence:** R2

**Milieu principal:** CHUM

**Contact:**

✉ **Adresse courriel:**  
[yanyan.he@umontreal.ca](mailto:yanyan.he@umontreal.ca)

Messenger icon **Facebook:** Yanyan He

Dumpling cook 🍜



**Nom:** Camille Klotz (elle)

**Année de résidence:** R2

**Milieu principal:** CHUM

**Contact:**

✉ **Adresse courriel:**  
[camille.klotz@umontreal.ca](mailto:camille.klotz@umontreal.ca)

Messenger icon **Facebook:** Camille Klotz

Fan de pilates, bonne nourriture et shopping en ligne

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

M

## Médecine interne - tronc commun



**Nom: Catalin Suarasan**

**Année de résidence: R2**

**Milieu principal: CHUM**

**Contact:**



**Adresse courriel:**

[catalin.paul.suarasan@umontreal.ca](mailto:catalin.paul.suarasan@umontreal.ca)



**Facebook:** Catalin



**Nom: Chaimaa Ouizzane**

**Année de résidence: R2**

**Milieu principal: CHUM**

**Contact:**



**Adresse courriel:**

[chaimaa.ouizzane@umontreal.ca](mailto:chaimaa.ouizzane@umontreal.ca)



**Facebook:** Chaimaa Ouizzane

**You know the vibes!**

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

M

## Médecine interne générale



**Nom: Elizabeth Sirard (elle)**

**Année de résidence: R5**

**Milieu principal: HSCM**

**Contact:**



**Adresse courriel:**

**[elizabeth.sirard@umontreal.ca](mailto:elizabeth.sirard@umontreal.ca)**



**Facebook: Rose Elizabeth Sirard**

**Vous savez, moi je ne crois pas qu'il y ait  
de bonne ou de mauvaise situation...**

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

O

## Obstétrique et gynéocologie



**Nom: Charlotte Lemieux-Bourque (elle)**

**Année de résidence: R5**

**Milieu principal: CHUM/HMR/HSJ**

**Contact:**

**Adresse courriel:** charlotte.lemieux-bourque@umontreal.ca

**Facebook:** Charlotte Lemieux-Bourque

4 oeufs, 200g sucre, zeste de 2 citrons, 180g beurre fondu, 225g farine. 1h au frigo puis 10-12 min à 375f (moule à madeleines ou mini-muffins). De rien!!!



**Nom: Sabrina D'Amour**

**Année de résidence: R2**

**Milieu principal: CHUM/HMR/HSJ**

**Contact:**

**Adresse courriel:** sabrina.damour@umontreal.ca

**Facebook:** Sabrina D'Amour

**Indécise chronique, même pas capable de choisir une ligne à vous écrire 😊**

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

P

## Pédiatrie



**Nom:** Nicholas Jelmi-Lévesque (il)

**Année de résidence:** R4

**Milieu principal:** CHU Ste-Justine

**Contact:**

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

Messenger **Facebook:** Nicho JL

**J'adore le golf, mais ça me donne envie de m'arracher les cheveux en même temps !**

P

## Pneumologie



**Nom:** Chloé Moazzami (elle)

**Année de résidence:** R4

**Milieu principal:** CHUM

**Contact:**

✉ **Adresse courriel:** chloe.moazzami@umontreal.ca

Messenger **Facebook:** Chloe Calerro Coolios

**Adepte de musculation et Van Gogh** ⚡👩🎨

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

P

## Psychiatrie



**Nom:** Maria Alexandra Rosca (elle)

**Année de résidence:** R4

**Milieu principal:** HSCM, CHUM, Pinel, HCSLaval

**Contact:**

**Adresse courriel:**

[Maria.alexandra.rosca@umontreal.ca](mailto:Maria.alexandra.rosca@umontreal.ca)

**Facebook:** Maria AR

**Il n'y a rien de mieux qu'un bon thé, faire de la peinture ou être entourée de nature en bonne compagnie** 🌳



**Nom:** Pascale Besson (elle)

**Année de résidence:** R2

**Milieu principal:** Hôpital Notre-Dame

**Contact:**

**Adresse courriel:**

[pascale.besson@umontreal.ca](mailto:pascale.besson@umontreal.ca)

**Facebook:** Pascale Besson

i love to yap



**Nom:** Blanche Bérubé-Babin (elle)

**Année de résidence:** R5

**Milieu principal:** Région et McGill

**Contact:**

**Adresse courriel:** [blanche.berube-babin@umontreal.ca](mailto:blanche.berube-babin@umontreal.ca)

**Facebook:** Bianca Baruba-Bébin

**Protip:** va sur [TCDmontreal.com](http://TCDmontreal.com)

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

P

## Psychiatrie



**Nom: Mélissa Beaudoin (elle)**

**Année de résidence: R-1**

**Milieu principal: HPLG/IUSMM/CHUM/HMR**

**Contact:**



**Adresse courriel:**

**[Melissa.Beaudoin.1@umontreal.ca](mailto:Melissa.Beaudoin.1@umontreal.ca)**



**Facebook:**

**Mel Issa**

**I practice mindfulness. Mostly when stirring oat milk into my third coffee, but still counts imo.**



**Nom: Camila Rodriguez (Elle)**

**Année de résidence: R1**

**Milieu principal: CHUM**

**Contact:**



**Adresse courriel:**

**[camila.andrea.rodriguez.bonilla@umontreal.ca](mailto:camila.andrea.rodriguez.bonilla@umontreal.ca)**



**Facebook:**

**Milandrea RB**

**Médecine le jour, musique la nuit**

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

R

## Radiologie



**Nom:** Ramin Farzaneh

**Année de résidence:** R2

**Milieu principal:** CHUM

**Contact:**

 **Adresse courriel:**  
[ramin.farzaneh@umontreal.ca](mailto:ramin.farzaneh@umontreal.ca)

 **Facebook:** Ramin Farzaneh

**Corrélation clinique recommandée.**

R

## Radio-oncologie



**Nom:** Lilianne Frégeau-Proulx (elle)

**Année de résidence:** R2

**Milieu principal:** CHUM, HMR

**Contact:**

 **Adresse courriel:** [lilianne.fregeau-proulx@umontreal.ca](mailto:lilianne.fregeau-proulx@umontreal.ca)

 **Facebook:** Lilianne Frégeau-Proulx

**Accompagnatrice chez Iconoglace et au MBAM incluse**

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

S

## Santé publique



**Nom:** Anne-Sophie Lê (elle)

**Année de résidence:** R3

**Milieu principal:** DRSP de Montréal

**Contact:**

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

**Facebook:** Anne-Sophie Lê (Minh)

**Depuis que je fais du vélo l'hiver, c'est devenu toute ma personnalité.**



**Nom:** Annika Lesage (elle)

**Année de résidence:** R4

**Milieu principal:** DRSP de Montréal

**Contact:**



**Adresse courriel:**

annika.lesage@umontreal.ca

**J'adore le chocolat et le beurre d'arachide, mais je ne suis pas fan de leur combinaison 🍫♀️**

# RESSOURCES UTILES



## **Guide bien-être des résidents sentinelles:**

Version 2025-2026: <https://amrm-montreal.com/bien-etre/>



## **Section bien-être du site web de l'AMRM**

<https://www.amrm-montreal.com/mieux-%C3%AAtre>



## **Soutien au bien-être FMRQ**

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



## **Services de santé et bien-être de l'UdeM**

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



## **Plateforme de signalement - Bureau du respect de la personne**

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



## **Bureau d'aide point de repère:**

- **Soutien psychosocial**  
[repere@meddir.umontreal.ca](mailto:repere@meddir.umontreal.ca)
  - Projet Korsa: [dania.ramirez@umontreal.ca](mailto:dania.ramirez@umontreal.ca)
  - Programme mieux-être: (studium)  
<https://studium.umontreal.ca/course/view.php?id=241802>
- **Soutien à l'apprentissage**  
[repere-reussite@meddir.umontreal.ca](mailto:repere-reussite@meddir.umontreal.ca)
- **Soutien carrière**
- **Aide au 2ième tour (CaRMS)**



## **Enjeux universitaires, plaintes, poste ou formation complémentaire:** [info@fmrq.qc.ca](mailto:info@fmrq.qc.ca)



**Entente collective:** voir dernière version envoyée par courriel! Question? [syndicat@amrm-montreal.com](mailto:syndicat@amrm-montreal.com) et [info@fmrq.qc.ca](mailto:info@fmrq.qc.ca)