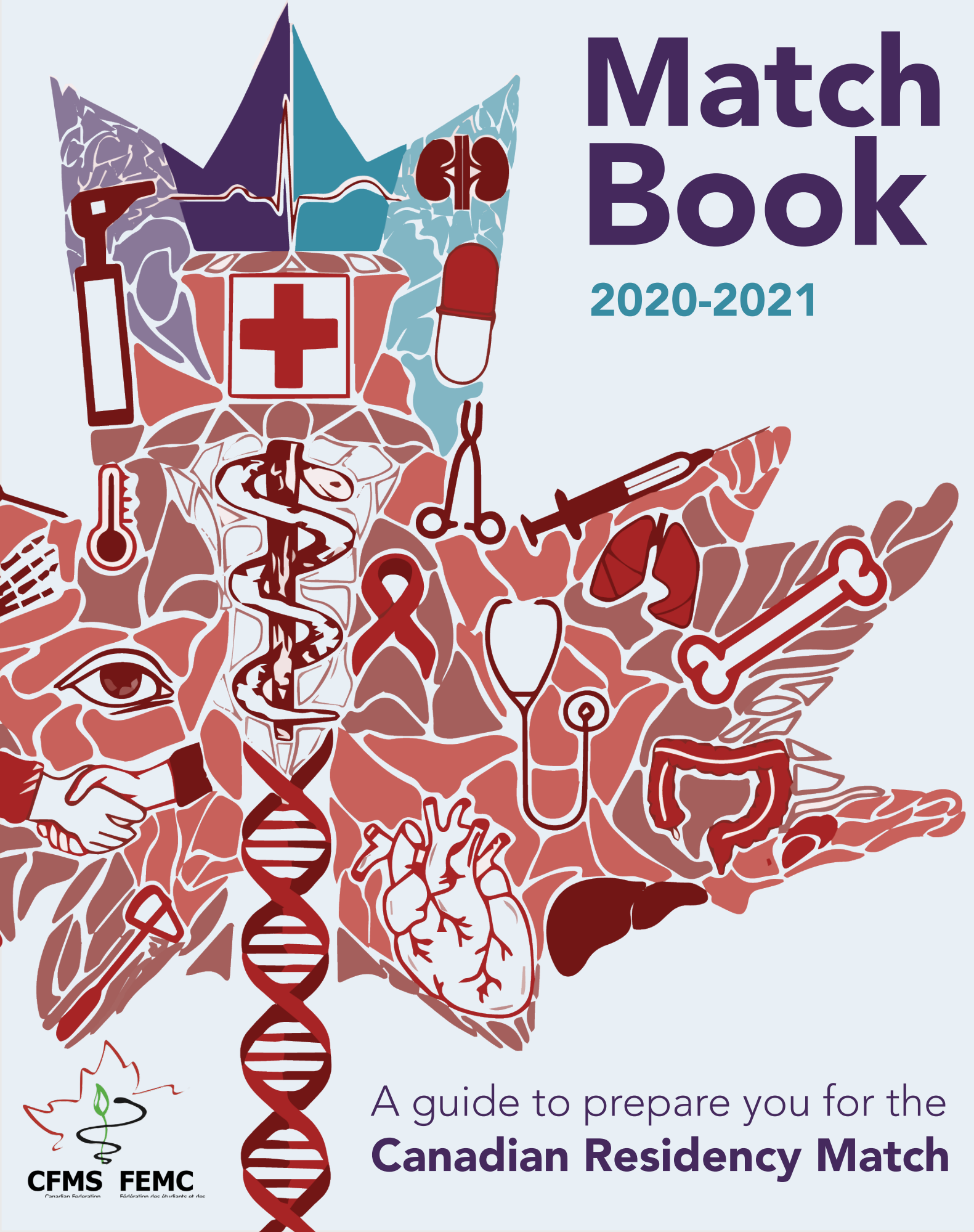


Match Book

2020-2021



A guide to prepare you for the
Canadian Residency Match

PRODUIT ET DISTRIBUÉ PAR: FÉDÉRATION DES ÉTUDIANTS ET DES ÉTUDIANTES EN MÉDECINE DU CANADA

RÉDACTEURS EN CHEF: CHLOE LIM, ADREE KHONDKER
DOSSIER DES PUBLICATIONS, COMITÉ DE L'ÉDUCATION, FÉDÉRATION DES ÉTUDIANTS ET DES ÉTUDIANTES EN MÉDECINE DU CANADA

REMERCIEMENTS SPÉCIAUX À CARMS, DONT LE SITE WEB A FOURNI UN CONTENU IMPORTANT POUR CETTE PUBLICATION.

NOUS REMERCIONS ÉGALEMENT RISHI SHARMA (DIRECTEUR DE L'ÉDUCATION), AVRI-LYNN DING (DIRECTRICE RÉGIONALE DE L'ONTARIO ET ATTACHÉE À L'ÉDUCATION) ET ALEXANDRA COHEN (OFFICIER NATIONAL DE L'ÉDUCATION) POUR LEUR TRAVAIL DE RÉVISION. NOUS REMERCIONS ÉGALEMENT CORINNE CÉCYRE-CHARTRAND (DIRECTRICE RÉGIONALE DU QUÉBEC), YSEULT GIBERT (RESPONSABLE DU COMITÉ DE BILINGUISME) ET LES AUTRES MEMBRES DU COMITÉ DE BILINGUISME POUR LEUR TRAVAIL DANS LA CRÉATION DE LA VERSION FRANÇAISE DU MATCHBOOK.

2020 ÉDITION, © 2020 MATCHBOOK
FEMC
TOUS DROITS RÉSERVÉS

LE MATCHBOOK EST FOURNI À L'USAGE EXCLUSIF DU DESTINATAIRE. AUCUNE PARTIE DE CETTE PUBLICATION NE PEUT ÊTRE UTILISÉE OU REPRODUITE SOUS QUELQUE FORME OU PAR QUELQUE MOYEN QUE CE SOIT SANS L'AUTORISATION ÉCRITE PRÉALABLE DE L'ÉDITEUR.

CLAUSE DE NON-RESPONSABILITÉ

LES OPINIONS EXPRIMÉES DANS LE PRÉSENT DOCUMENT SONT CELLES DE LA FEMC ET NE REPRÉSENTENT PAS NÉCESSAIREMENT CELLES DE L'AFMC, DU CARMS OU DE TOUT AUTRE ORGANISME, SAUF INDICATION CONTRAIRE. LA FEMC A FAIT TOUS LES EFFORTS POSSIBLES POUR S'ASSURER DE L'EXACTITUDE DES DONNÉES PRÉSENTÉES DANS LE PRÉSENT DOCUMENT ; TOUTEFOIS, L'EXACTITUDE ABSOLUE NE PEUT ÊTRE GARANTIE. LES CONSEILS DES RÉSIDENTS PRÉSENTÉS DANS CETTE PUBLICATION N'ONT PAS ÉTÉ RECUEILLIS SYSTÉMATIQUEMENT. ILS REFLÈTENT DES OPINIONS PERSONNELLES ET NE REPRÉSENTENT PAS LES POINTS DE VUE D'UNE ORGANISATION. LE LECTEUR DOIT FAIRE PREUVE DE JUGEMENT À CET ÉGARD. LA FEMC N'EST PAS RESPONSABLE DES CONSÉQUENCES DÉCOULANT DES ACTIONS DES LECTEURS BASÉES SUR CES CONSEILS.

TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION

- Message de l'éditeur du Matchbook
- Message du président et de la direction du CaRMS
- Message de l'AFMC
- Message du Comité Bien-Être

Section 1. Contexte

- 1.1 Le processus de jumelage
- 1.2 Le jumelage en couple
- 1.3 Le contrat CaRMS
- 1.4 Frequently Asked Questions

Section 2. Préparation

- 2.1 Dates et étapes importantes
- 2.2 Statistiques

Section 3. Stratégie

- 3.1 Pré-externat et externat
- 3.2 Guide pour la planification des stages à option
- 3.3 Conseils des étudiants en 4^e année
- 3.4 Équilibrer vos priorités pour votre Liste de classement
- 3.5 Message du Comité du Bien-être

Section 4. Guides pratiques

- 4.1 Coûts cachés en année de médecine
- 4.2 Appliquer aux États-unis (à travers l'ERAS)
- 4.3 Travailler et obtenir une formation dans le NHS au Royaume-Uni

Section 5. Le scénario de non-jumelage

- 5.1 Appliquer à la deuxième et à la troisième vague
- 5.2 Médecin militaire: programme de formation des Forces armées canadiennes
- 5.3 Ré-appliquer l'année suivante
- 5.4 Sortie (Exit) post-doctorale
- 5.5 Tutorat et services de conseil
- 5.6 Support financier
- 5.7 Conseils d'anciens étudiants non-jumelés

INTRODUCTION

UN MESSAGE DES ÉDITEURS DU MATCHBOOK

Le Matchbook, maintenant à sa 13^{ème} édition, est une publication créée en 2008 par la Fédération des Étudiants et des Étudiantes en Médecine du Canada (FEMC). C'est une ressource rédigée par les étudiants et destinée aux étudiants et étudiantes en médecine au Canada qui débutent le processus déroutant et parfois accablant du jumelage, administré par le Service canadien de jumelage des résidents (CaRMS). De plus, cette édition donnera un aperçu du fonctionnement du processus de jumelage en résidence au Canada, ainsi que les statistiques des jumelages précédents et des conseils pratiques fournis par les étudiants et étudiantes en médecine qui ont expérimenté le processus au cours des dernières années.

Le cycle 2020-2021 est la première fois que le processus de CaRMS sera radicalement changé avec les programmes d'études mixtes des années 3 et 4 (ou des années 2 et 3) pour la majorité des facultés de médecine, en raison de la pandémie COVID-19. Pendant cette période difficile pour les étudiants et les étudiantes en médecine, nous espérons que cette édition de Matchbook 2020 pourra fournir des conseils et servir de point de départ pour la promotion des étudiants et étudiantes de la classe de 2021. Le Matchbook couvrira les étapes principales du processus de candidature pour un poste de résidence et aidera les étudiants et les étudiantes en médecine du Canada à divers stades de la formation à planifier leur stratégie de jumelage pour leurs programmes préférés.

Pour la première fois, nous avons également ajouté une nouvelle section pour aider à préparer les étudiants et étudiantes en préexternat et en externat pour le processus de CaRMS. Cette nouvelle section est intitulée « Pré-externat et externat » sous la section « Stratégie ». Avec ce nouveau contenu, nous espérons fournir des conseils aux étudiants et étudiantes en préexternat qui n'ont pas de familiarité avec le processus de CaRMS et le portail des étudiants de l'AFMC. Cette section comprendra également de conseils des résidents. Nouveau dans cette édition est également la « Chronologie révisée de COVID-19 », qui mettra en évidence la chronologie révisée de CaRMS et ses effets généraux sur les facultés de médecine canadiennes. Cette année, nous avons également créé un mini-Matchbook, qui résume les points importants en 2-3 pages. Nous espérons clarifier cette période chaotique pour nos étudiants et étudiantes en dernière année de médecine.

Cette édition continuera de présenter un format de résumé pour le Matchbook. Ce format organisationnel met en évidence les points importants de chaque section en texte rouge. Cependant, la lecture du texte entier fournira du contexte et de l'information supplémentaire. De plus, nous avons ajouté plus d'information à la section « Application aux États-Unis (via ERAS) ». Enfin, nous sommes fiers de dire que le Matchbook de cette année sera la troisième édition avec une version complète publiée en français. Nous remercions particulièrement Corinne Cécyre-Chartrand (Directrice Régionale du Québec), Yseult Gibert (Présidente du Comité de Bilinguisme) et le reste du Comité de Bilinguisme pour le travail qu'ils ont accompli afin de rendre cela possible.

Le Comité de l'Éducation de la FEMC fut créé en 2014 et est responsable du Portfolio de l'éducation de la FEMC, lequel comprend plusieurs projets en cours, notamment le Matchbook. Il est conseillé à tous les membres de la FEMC intéressés à travailler et modifier les futures éditions du Matchbook de poser leur candidature au Comité de l'Éducation de la FEMC à l'automne 2020. Toute question peut être adressée au Vice-Président Éducation de la FEMC - Rishi Sharma (education@cfms.org).

Cordialement,
Vos rédacteurs en chef du Matchbook

Chloe Lim
Class of 2021
University of British Columbia



Adree Khondker
Class of 2023
University of Toronto



MESSAGE FROM THE CFMS

Bonjour camarade étudiant en médecine,

Félicitations pour tout ce que vous avez accompli jusqu'à présent. Cette dernière année a été marquée par de nombreux défis et, tout au long de cette année, les étudiants en médecine de partout au Canada ont démontré leur incroyable persévérance et leur innovation. CaRMS est un moment clé de notre exploration et de notre développement de carrière qui, même dans une année normale, est stressant. Ceci est encore amplifié par les changements importants et continus provoqués par la pandémie de COVID-19. Ces changements ont créé une nouvelle réalité pour le jumelage CaRMS R1 2021, y compris des entrevues virtuelles et l'absence de visites au choix. Même si l'année prochaine sera difficile, je suis convaincu que nous continuerons à persévérer ensemble en tant que cohorte et à tirer le meilleur parti de notre situation.

La Fédération canadienne des étudiants en médecine (CFMS), en tant qu'organisme représentatif national, est là pour vous défendre. Nous continuerons de représenter vos intérêts aux tables décisionnelles nationales pour nous assurer que le processus de jumelage R1 de CaRMS 2021 est juste et équitable, et que vous avez les occasions nécessaires pour prendre une décision éclairée au sujet de votre carrière. Je tiens à vous assurer que nous ferons de notre mieux pour que cela devienne une réalité, et nous engagerons vous et vos représentants locaux pour nous assurer que nous représentons correctement vos points de vue.

En plus de défendre vos intérêts à l'échelle nationale, nous offrons également de nombreuses ressources, y compris notre Matchbook, qui présente des informations détaillées sur de nombreux aspects du processus de jumelage R1 de CaRMS. Le Matchbook, qui est élaboré grâce au travail acharné de notre Comité Éducation, est continuellement mis à jour chaque année pour s'assurer qu'il fournit des informations utiles pour vous dans un format facile à lire. Je vous encourage également à consulter la section Residency Match Resources sur notre site Web. Vous trouverez ici une variété d'autres ressources et supports pour vous aider tout au long de ce processus.

Le processus de CaRMS est stressant et long, alors assurez-vous de prendre le temps de prendre soin de vous. Cela s'avérera d'une importance inextricable alors que nous nous adaptons en permanence à notre environnement en constante évolution. L'année prochaine apportera de nouveaux défis, mais aussi de nouvelles opportunités. Le CFMS est là pour vous tout au long de tout cela et s'engage à tirer parti de cette nouvelle réalité pour faire progresser tous les domaines de la formation médicale. N'hésitez pas à me contacter à president@cfms.org.

Cordialement,

Henry Li

Président de la CFMS 2020-2021

UN MESSAGE DU PRÉSIDENT ET DE LA DIRECTION DE CARMS

CaRMS apprécie grandement notre relation avec la FEMC et les apprenants en médecine à travers le pays. Nous sommes engagés à continuer de travailler ensemble pour aider à assurer que les étudiants en médecine possèdent les outils et l'information dont ils ont besoin afin de naviguer avec succès le système de candidature, de sélection et de jumelage pour la formation postdoctorale en médecine au Canada.

Nous savons que la COVID-19 a provoqué des interruptions à tout ce qui concerne vos études, des stages de visitation à option et en milieu clinique aux examens et votre préparation pour vos demandes futures aux programmes de formation en résidence, sans parler des conséquences que cela a sans doute eues sur vos vies personnelles et professionnelles. Il s'agit d'une période extraordinaire et nous avons vu notre collectivité médicale faire face au défi. Les étudiants en médecine ne font pas exception. Nous avons été encouragés de voir des apprenants en médecine à travers le pays accomplir du travail extraordinaire pour soutenir leur communauté — se porter volontaire en tant que chercheurs de contacts, conseillers et examinateurs en santé publique, offrir du soutien aux travailleurs en soins de santé de première ligne et organiser des collectes d'équipement de protection individuelle (ÉPI). Cette capacité de pivoter où il est nécessaire est une preuve de la résilience et de l'engagement qui sont probablement une partie importante de la raison pour laquelle vous avez choisi une carrière en médecine.

Bien entendu, en raison de la perturbation causée par la COVID-19, le cycle du jumelage R-1 semble un peu différent de ce à quoi plusieurs d'entre nous nous attendions. Le calendrier a été décalé plus tard durant l'année afin de vous donner le temps d'acquérir vos compétences de base par l'entremise de stages cliniques et d'explorer des occasions de carrières grâce à des stages à option. Le calendrier a également été comprimé afin d'assurer une date de début du 1er juillet pour votre stage en résidence. Nous voulons vous assurer que CaRMS est ici pour vous soutenir à toutes les étapes du parcours pour assurer que votre année de jumelage se déroule le plus efficacement possible.

Une des meilleures façons par laquelle nous pouvons vous aider à vous préparer pour votre propre expérience de jumelage est grâce à de l'information. Les bonnes données au bon moment peuvent vous aider à prendre des décisions vraiment informées. Nous vous invitons à consulter les données détaillées de notre [présentation du Forum de CaRMS](#) pour de l'information concernant les résultats du jumelage de 2020, ainsi que des données longitudinales qui démontrent des tendances au cours de plusieurs années. Vous pouvez également puiser plus profondément dans les données dans [nos rapports annuels de jumelage](#). La plus grande nouvelle appréciée dans les données du jumelage de 2020 est que le nombre de DCM de l'année en cours non jumelés après le deuxième tour a diminué pour la deuxième année consécutive, de 31 (1,1 pour cent) lors du jumelage R-1 de 2019 à 25 (0,9 pour cent). Il est important de se rappeler même pour ceux qui ne sont pas jumelés lors de leur année d'obtention du diplôme, le chemin ne se termine pas ici — 99,4 pour cent des diplômés canadiens en médecine sont jumelés dans les trois années après l'obtention du diplôme. CaRMS est engagé à travailler avec nos partenaires, comme la FEMC, afin d'obtenir les meilleurs résultats possibles pour les diplômés canadiens et à travailler avec tous les partenaires pour à l'élaboration d'un système de candidature, de sélection et de jumelage en constante amélioration.

Cordialement,

John Gallinger
Chef de la direction
CaRMS

Dr. Eric Peters
Président
Conseil d'administration de
CaRMS

UN MESSAGE DE LA AFMC

À tous les étudiants en médecine,

Le processus entourant le choix de carrière et le jumelage à un programme de résidence constitue un élément majeur de la vie de tout étudiant en médecine. Cette année, plus que jamais, le changement est au premier plan des décisions que nous prenons dans chaque aspect de notre vie.

L'Association des facultés de médecine du Canada (AFMC) a créé Nouvelles pour les apprenants, une rubrique ayant pour objet de vous informer des derniers développements du secteur de l'éducation médicale. Les facultés de médecine ont fait preuve d'un dynamisme extraordinaire. Nous avons collaboré comme jamais auparavant pour venir en aide à tous les apprenants. Nous avons confirmé la création d'un nouveau calendrier condensé pour le jumelage R1 de 2021. L'AFMC a de plus déterminé que toutes les entrevues se dérouleraient sous forme virtuelle. Nous nous engageons à faire évoluer la formation médicale au rythme des transformations de notre environnement.

Les membres du Comité de l'AFMC sur le jumelage des résidents (CAJR) ont continué à se réunir régulièrement pour appuyer tous les participants au jumelage de 2021. Le CAJR a créé des sous-comités qui s'occuperont de l'examen des candidatures et des dossiers ainsi que des entrevues virtuelles et de la promotion des programmes de résidence. Le CAJR se compose des représentants des doyens des facultés de médecine, des doyens des Études médicales prédoctorales et postdoctorales, des doyens des Affaires étudiantes, de la Fédération des étudiants et des étudiantes en médecine du Canada (FEMC), de la Fédération des médecins résidents du Québec, de la Fédération médicale étudiante du Québec, de Médecins résidents du Canada et de CaRMS.

L'AFMC participe activement à une réforme du système et dirige plusieurs efforts de promotion visant à améliorer la transition vers la résidence et à réduire le nombre de diplômés en médecine canadiens non jumelés. Cela implique de faire pression sur les gouvernements pour qu'ils augmentent le nombre de places de résidence, en harmonisant les voies d'accès aux besoins de la société afin de mieux répondre aux besoins en santé des Canadiens.

L'AFMC propose également des outils d'orientation professionnelle en ligne tels que des vidéos visant à démystifier les préjugés, élaborés avec des responsables de facultés de tout le pays, pour vous aider à prendre ces décisions importantes.

Alors que nous continuons à travailler ensemble pour relever les défis de l'éducation médicale, je vous invite à me faire part de vos commentaires. N'hésitez pas à nous indiquer comment nous pouvons vous aider.

Sincères salutations,

Dr. Geneviève Moineau

Présidente-directrice générale

Association des facultés de médecine du Canada

1. CONTEXTE

1.1 Le processus de jumelage

Aperçu

Le processus de jumelage CaRMS R-1 permet aux candidats de décider où ils désirent suivre leur formation et aux directeurs de programme de choisir les candidats qu'ils souhaitent inscrire à leur formation médicale postdoctorale. Le jumelage R-1 est le programme de jumelage de plus grande envergure qu'offre le CaRMS, et les étudiants des 17 facultés de médecine du Canada, ainsi que les étudiants admissibles des États-Unis et les diplômés internationaux en médecine (DIM), y participent. Il est offert en deux itérations, où les candidats qui n'ont pas été jumelés lors de la première itération peuvent participer à la deuxième itération pour une autre opportunité d'être jumelé aux postes non comblés. Une fois jumelés, les candidats sont légalement tenus de s'inscrire aux programmes de résidence et ceux-ci sont légalement tenus d'admettre les candidats. Pour plus d'information, veuillez lire la Section 1.2 : Le nouveau contrat CaRMS. Visitez aussi [le site web CaRMS](#) pour plus d'informations au sujet du contrat.

L'algorithme de jumelage

CaRMS utilise l'algorithme de Roth-Peranson pour jumeler les étudiants à des programmes de formation médicale postdoctorale partout au Canada. Il s'agit d'à peu près le même algorithme de jumelage que celui utilisé aux États-Unis pour leur National Resident Matching Program (NRMP), ainsi que pour les jumelages dans plusieurs autres programmes, comme le droit, la médecine dentaire, la psychologie, l'optométrie et la pharmacie.

Un bref historique de l'algorithme de jumelage

Nous allons expliquer ici un bref historique de l'algorithme de jumelage et son fonctionnement. À l'aide d'un exemple, nous passerons en revue le fonctionnement du jumelage et nous donnerons des conseils pratiques sur la façon de classer les programmes de résidence. L'algorithme utilisé aujourd'hui par le CaRMS est un peu plus compliqué que celui que nous présentons ici, puisqu'il doit faire face à plusieurs situations complexes, tel que le jumelage de couples, mais nous espérons que notre exemple simplifié vous aidera à comprendre le fonctionnement du processus.

Fait intéressant, le travail d'Alvin Roth (Harvard University) et de Lloyd Shapley (UCLA), qui a mené à cet algorithme, leur a valu le prix Nobel d'économie en 2012. Leur travail fut révolutionnaire car le jumelage dans les programmes de résidence ne fonctionne pas comme les marchés traditionnels où les prix peuvent être ajustés de sorte que l'offre réponde aux besoins. Ce défi supplémentaire, qui fut résolu à l'aide de l'algorithme, est dû aux ressources limitées du processus, soit les places de résidence ou les étudiants diplômés en médecine.

Au début des années 1900, le jumelage des résidents aux États-Unis fonctionnait à peu près de la même manière que les offres d'emploi traditionnelles. Cela posait toutefois un problème, car en raison de la pénurie d'étudiants en médecine qualifiés, les hôpitaux faisaient des offres de plus en plus tôt, souvent avant que les étudiants n'aient eu le temps d'explorer les différentes spécialités en médecine. Les étudiants en médecine rejetant souvent les offres de résidence, les hôpitaux donnaient des offres d'emploi "explosives", dont les dates d'expiration étaient extrêmement courtes.

Lloyd Shapley et David Gale ont mis au point un algorithme "d'acceptation différée" dans le cadre de leurs travaux théoriques sur la théorie des jeux, selon lequel les candidats postulent à tour de rôle aux programmes de leur choix, en effectuant des "jumelages provisoires". Les programmes prennent alors le candidat qui leur convient le mieux. Ils ont démontré qu'un tel algorithme permettait de toujours obtenir des jumelages stables. C'est-à-dire, qu'après le jumelage final, il n'y aurait pas de changement de candidat vers un autre programme qui serait préférable pour un ou l'autre des deux parties. En outre, l'algorithme d'acceptation différée est unilatéral. Quelle que soit la partie qui propose en premier (les étudiants ou les programmes), elle a un avantage global en terme de probabilité d'obtenir le meilleur jumelage possible.

Dans les années 1950, le programme de jumelage des résidents aux États-Unis a fait appel à l'économiste Alvin Roth et Elliot Peranson pour l'aider à mettre au point son algorithme de jumelage. Roth a découvert que l'algorithme utilisé par le programme national de jumelage était très similaire à celui créé par Shapley et Gale. Ils ont donc aidé à développer davantage l'algorithme et à l'adapter à certaines conditions particulières, notamment le jumelage des couples.

Comment le tout fonctionne-t-il?

L'algorithme de jumelage compare les listes de classement (ROL) soumises à CaRMS par les candidats et les programmes, puis jumelle les candidats aux programmes selon les préférences déclarées par les deux parties. Les listes de classement soumises par les candidats indiquent une liste de programmes où ils souhaitent se former, classés par ordre de préférence. De même, les listes de candidatures soumises par les programmes indiquent une liste de candidats qu'ils souhaitent former, classés par ordre de préférence. Les listes de classement des candidats et des programmes de résidence sont confidentielles. L'algorithme est centré sur le candidat, c'est à dire qu'il commence par tenter de placer un candidat dans leur programme de premier choix. De cette façon, l'algorithme fournit aux candidats le meilleur résultat possible selon la liste de classement soumise. À la fin du processus de jumelage, chaque candidat est soit jumelé à son premier choix selon la liste de classement, soit tous les choix soumis par le candidat ont été épuisés et il n'est pas jumelé. Il est probable que plusieurs candidats classent certains programmes comme leur premier choix.

Les listes de classement soumises par les programmes de résidence, avec leurs préférences en matière de résidents, sont responsables du jumelage des résidents qui ont classé leur

programme. Un candidat sera "provisoirement" jumelé à un programme de résidence, jusqu'à ce que l'algorithme de CaRMS puisse déterminer les résultats de jumelage de ces candidats mieux classés. L'algorithme de CaRMS pourrait retirer le candidat du programme pour faire place à un candidat mieux classé. Lorsque cela se produit, l'algorithme réexamine la liste de classement du candidat afin de trouver un jumelage avec le programme classé suivant. Ce processus se répète jusqu'à ce que tous les jumelages soient définitifs.

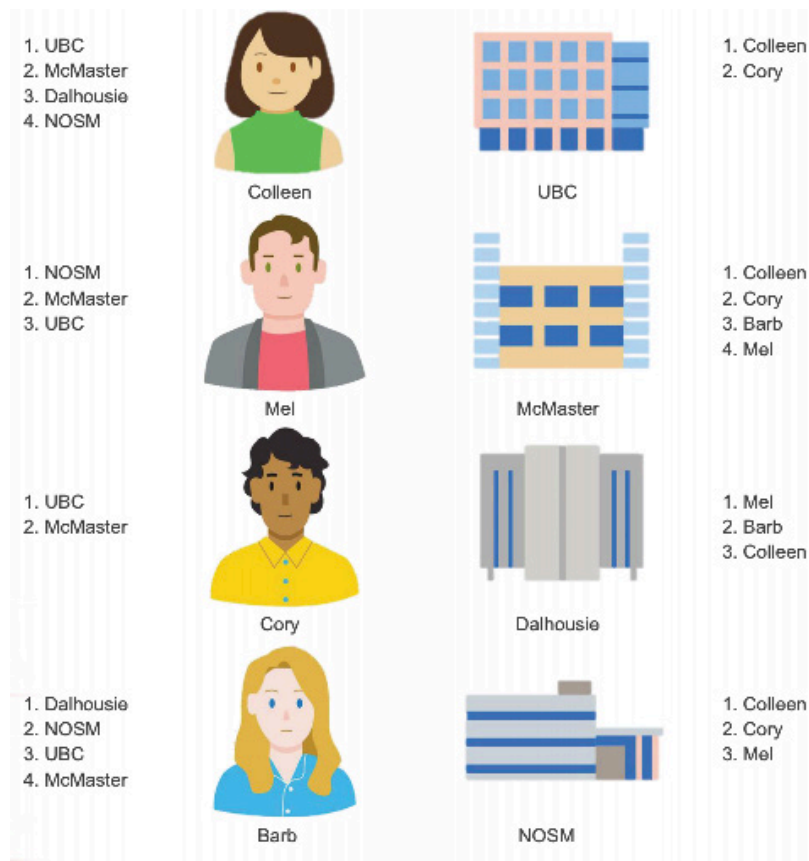
L'algorithme de jumelage de CaRMS est également le même pour les DIM (Diplomé international en médecine). L'algorithme de CaRMS ne prend en compte que trois données :
 Les listes classement des candidats ;
 Les listes de classement des programmes ;
 Le nombre de postes disponibles.

Après le premier tour de jumelage, les candidats non jumelés peuvent réévaluer leur statut et postuler à des programmes dont les postes ne sont pas pourvus au cours du deuxième tour. Le même algorithme est appliqué à la deuxième itération.

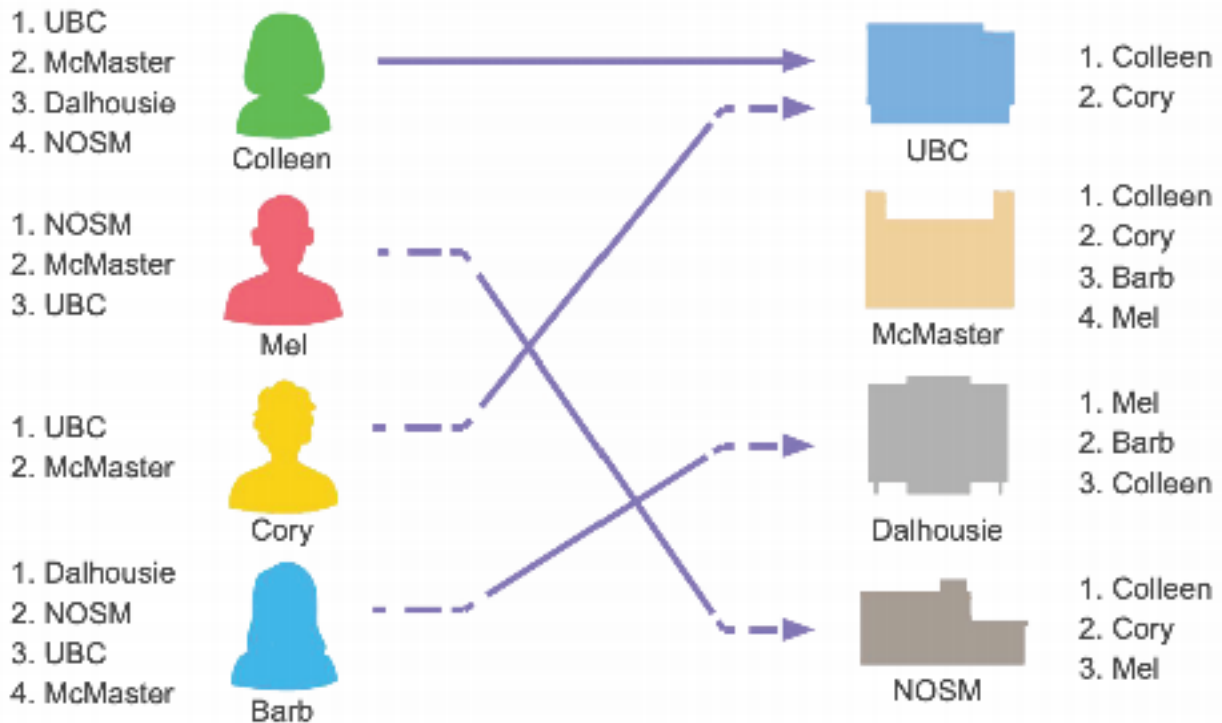
Travaillons sur un exemple...

Imaginez qu'il y ait quatre candidats (Colleen, Mel, Cory et Barb) et quatre programmes de résidence (UBC, McMaster, Dalhousie et NOSM), chacun avec un poste. Voici comment les candidats et les programmes se sont classés les uns par rapport aux autres :

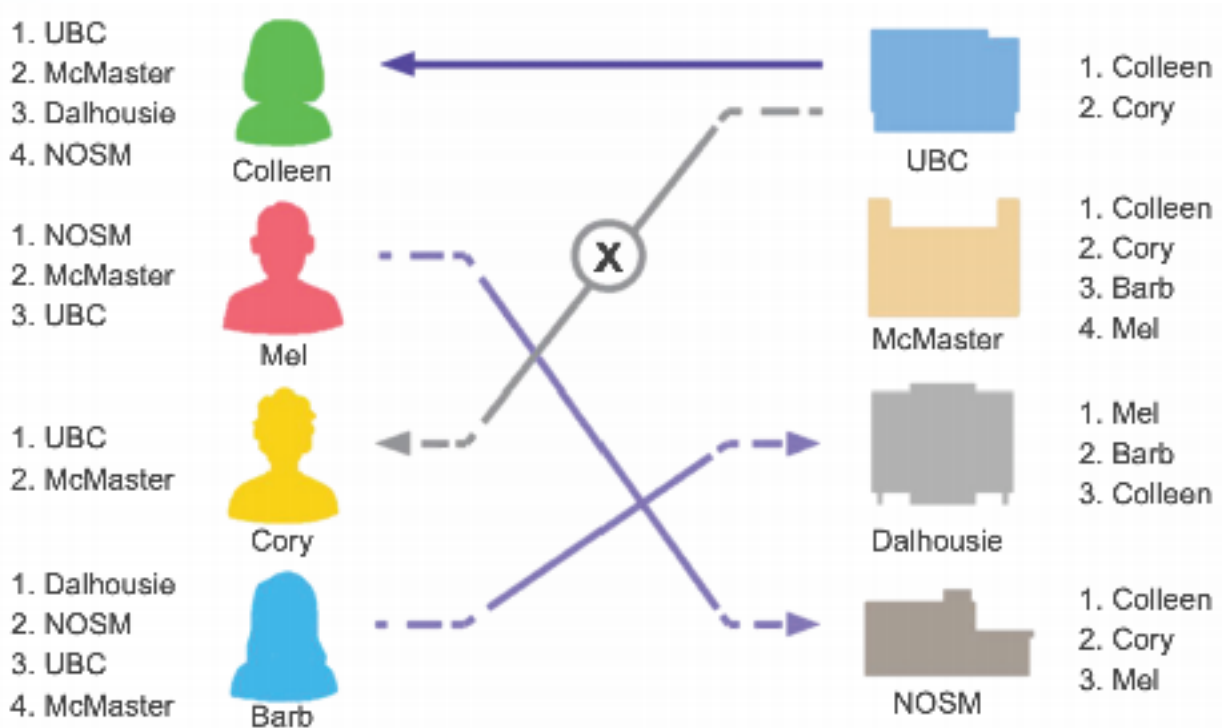
1. Les candidats et les programmes de résidence font leur liste de classement



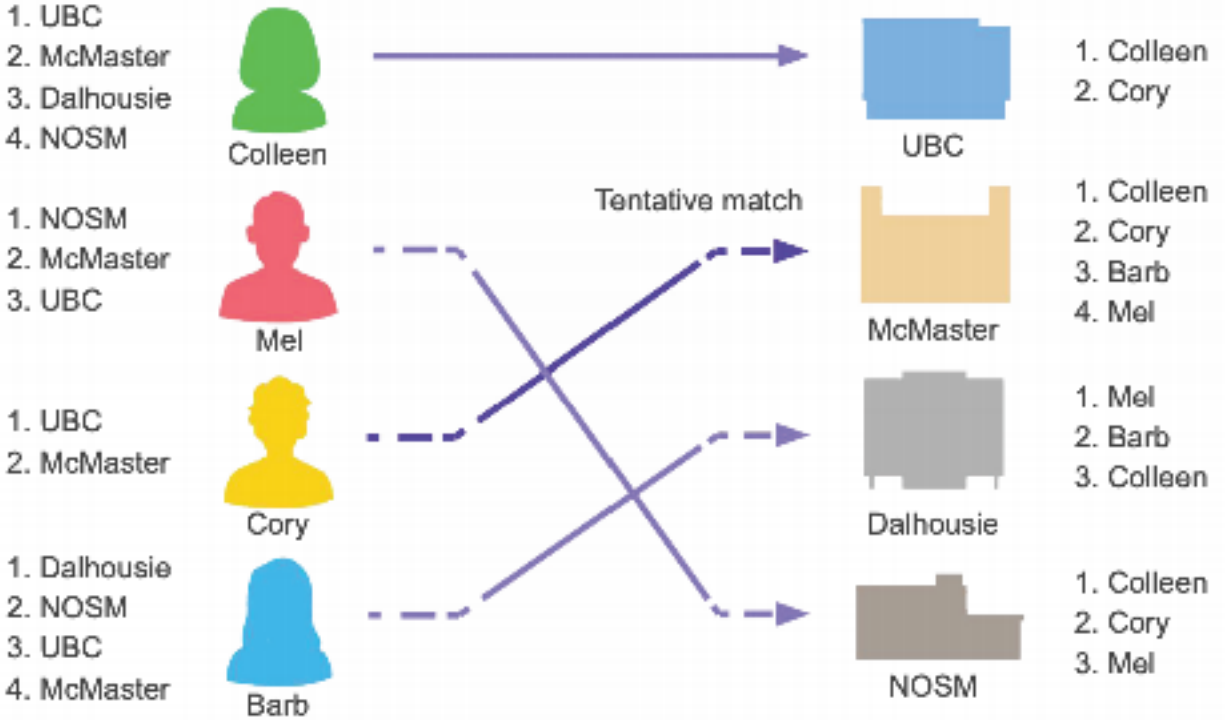
2. L'algorithme essaie de faire correspondre chaque candidat avec son premier choix.



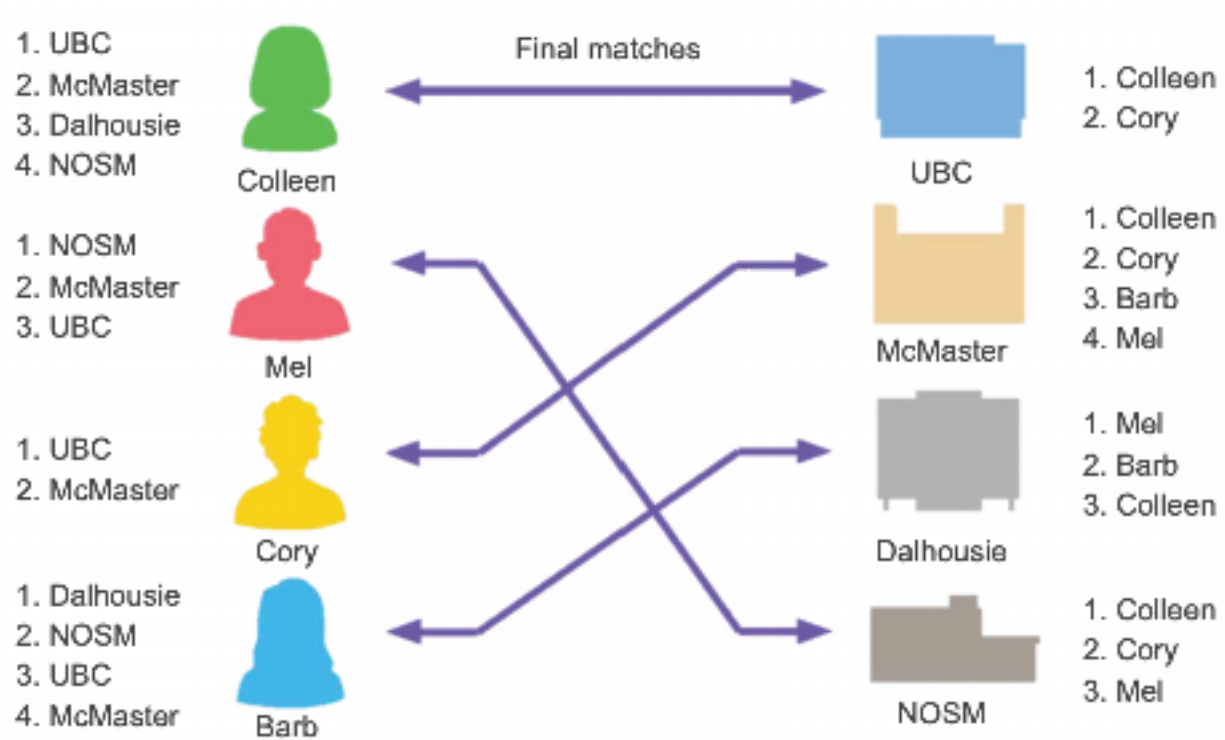
3. Colleen et Cory sont tous deux provisoirement jumelé à UBC, mais il n'y a qu'une place. UBC peut donc choisir un candidat en fonction de sa Liste de Classement.



4. Cory fait maintenant son deuxième choix en fonction de sa Liste de Classement.



5. TII n'y a plus de conflits, donc un dernier jumelage est fait!



Stratégies de classement

COLLEEN est une candidate solide et est confiante dans ses candidatures et ses entretiens. Elle choisit de classer UBC Peds en premier car c'est son programme préféré, mais elle classe également les trois autres programmes, qu'elle trouve également acceptables. Le directeur de programme de UBC Peds lui a dit qu'elle serait très bien classée. Les candidats doivent être prudents avec ces déclarations et elles ne doivent pas être considérées comme des engagements. Colleen a choisi une stratégie judicieuse. Les candidats devraient classer tous les programmes qu'ils envisagent afin de maximiser leurs chances de jumelage.

MEL préfère également UBC Peds mais pense qu'il a peu de chances d'y être admis, il le classe donc en dernier. Il laisse la médecine familiale de Dalhousie hors de sa liste parce qu'il pense que son entretien s'est mal passé, même s'il aimerait bien ce programme. Ce sont deux mauvaises stratégies. Les candidats doivent classer les programmes par ordre de préférence, et ils doivent classer tous les programmes auxquels ils envisagent de jumeler. Le classement ne doit pas être influencé par des spéculations sur le classement des programmes, car celui-ci peut être inexact.

CORY, après ses entretiens, décide qu'il ne veut plus faire de résidence en médecine familiale à Dalhousie ou en médecine interne à NOSM, et il les laisse donc en dehors de sa liste. C'est une stratégie judicieuse. Vous ne devriez classer que les programmes que vous envisagez.

BARB veut vraiment aller à NOSM en médecine interne mais ne pense pas que sa candidature est assez compétitive. Elle le classe quand même en premier parce que c'est son programme préféré et les autres programmes ne sauront jamais qu'elle les a classés plus bas. C'est une stratégie judicieuse. Pendant le jumelage, un candidat est placé dans son programme le plus préféré qui l'aura aussi classé. Mettez toujours votre programme préféré en premier choix.

Autres stratégies

Le fait de postuler à plusieurs sites dans le cadre d'un même programme de résidence peut influencer la probabilité qu'un candidat soit jumelé. Si un candidat classe plus de sites au sein d'un programme, il se crée plus de possibilités, puisqu'il peut être classé sur plus de listes. Néanmoins, un programme ne déplacera pas ultérieurement un candidat vers un site qu'il préfère davantage, et les candidats ne doivent donc pas classer les sites où ils ne sont pas disposés à se former.

Il n'y a aucun avantage à classer plus haut les programmes comportant plus ou moins de postes. Il n'y a pas non plus d'avantage à classer plus haut les programmes auxquels vous pensez avoir plus de chances d'être jumelé que les programmes que vous préférez. C'est pourquoi le classement des programmes est basé sur vos préférences personnelles.

Il y a trois raisons pour lesquelles un candidat peut ne pas être jumelé:

- Le candidat n'a pas été classé par un programme qu'il a lui-même classé ;
- Le candidat n'a pas classé un programme qui l'a classé ;
- Le candidat a été classé par un programme qu'il a classé, mais ce programme a accueilli plus de candidats préférés.

Deuxième itération

Si un candidat, comme Mel, n'est pas retenu après la première itération, il peut participer à la deuxième itération du jumelage R-1 via CaRMS Online. Il n'est pas automatiquement inscrit à la deuxième itération. La deuxième itération dure généralement environ cinq semaines.

Si tous les candidats d'un programme de résidence sont jumelés à d'autres programmes qu'ils ont mieux classés, et/ou s'ils n'ont pas classé le programme de résidence, le programme aura des postes non comblés. Cela peut également s'expliquer par le fait qu'un programme de résidence spécifique n'a pas classé tous les candidats qui l'ont classé, et auraient autrement reçu une place dans ce programme. CaRMS affichera une liste des postes non comblés disponibles au cours de la deuxième itération. Pendant ce temps, les candidats peuvent compléter tout autre document dont ils ont besoin pour postuler à des programmes supplémentaires. Les documents qui ont été soumis précédemment seront toujours dans le dossier. Les candidatures continuent d'être envoyées aux programmes par le biais de CaRMS Online.

Votre bureau des affaires étudiantes peut vous aider durant cette étape du processus. Notez que les exigences varient d'un programme à l'autre et sont susceptibles de changer au cours de la deuxième itération. Les exigences les plus récentes seront affichées sur carms.ca. Le plus remarquable est le court délai dans lequel la demande doit être soumise.

Comme pour le premier tour, les candidats sont légalement liés à leur programme de résidence jumelé.

Conseils pour faire votre liste de classement

1. Votre liste de classement devrait refléter vos préférences personnelles.
2. Il vous est impossible de connaître le classement que vous assignera un programme, cela ne devrait donc pas influencer vos décisions de classement.
3. Les facteurs à considérer pour déterminer le nombre de programmes à classer sont la contingence de la spécialité et la compétitivité des programmes que vous classez.
4. Classez tous les programmes qui vous conviendraient et ne classez aucun programme que vous jugez inacceptable. N'oubliez pas que le résultat du jumelage est contraignant et que vous ne pouvez pas refuser le résultat de jumelage.
5. Les programmes de troisième cycle universitaire ne sont pas autorisés à vous poser des questions sur vos intentions de classement. Vous pouvez refuser de répondre à ces questions.

1.2 Le jumelage pour les couples

Vue d'ensemble

Les outils de classement de CaRMS permettent à deux candidats de préparer et de soumettre leur liste de classement en tant que couple. Cette option permet aux couples de jumeler les programmes de leur choix pour créer une seule liste de classement. Pour qu'un jumelage soit réussi, les deux programmes des deux premiers choix des candidats doivent jumeler. Si ce n'est pas le cas, l'algorithme passe à l'appariement préféré suivant, jusqu'à ce que les deux candidats jumellent. Ceci est dû au fait que l'algorithme de CaRMS analyse chaque paire de liste de classement soumise par le couple comme étant une seule unité de classement.

Note : En associant leurs choix, les couples peuvent limiter leurs chances individuelles de jumeler avec succès, car les résultats de jumelage pour les couples dépendent des résultats individuels de chaque personne.

Si les candidats n'obtiennent pas de jumelage en tant que couple, l'algorithme de CaRMS n'analysera pas leurs listes de classement séparément pour tenter de les jumeler séparément.

Le jumelage pour les couples peut mener à des jumelages réussis, mais une bonne planification est nécessaire. Voici quelques points à discuter avec votre partenaire avant de décider de faire un jumelage de couples :

1. Quelles sont les spécialités dans lesquelles vous aimeriez jumeler ? Dans quelle mesure est-il possible pour vous deux d'être jumelés au même endroit ?
2. Soyez honnête. Quelles sont vos valeurs et celles de votre partenaire ? Seriez-vous disposés à postuler à plusieurs programmes au même endroit ?
3. Si votre bureau des affaires étudiantes offre des conseils aux couples, demandez conseil! Ils ont de l'expérience en matière de jumelage en tant que couple. Soyez réalistes et prenez rendez-vous.

Après une longue discussion et après avoir obtenu vos entrevues, vous êtes prêt à classer les programmes. Voici quelques éléments à prendre en considération :

Lieu ou spécialité

Quelle est l'importance d'un jumelage au même endroit que votre partenaire? Vous pourriez choisir un classement différent si vous souhaitez tous deux être jumelés au même endroit peu importe la spécialité.

Programmes ou lieu

Les programmes qui vous intéressent sont également un enjeu important. S'agit-il d'un endroit que vous pourriez tous les deux apprécier ?

Autres restrictions

Comme souligné précédemment, il est très important d'envisager tous les scénarios (p. ex. un partenaire qui est jumelé et l'autre non) pour maximiser ensemble vos chances. Ces choix devraient être de dernier recours, après avoir épuisé toutes les autres options.

L'outil de la FEMC pour créer une liste de classement est une ressource utile pour les candidats qui envisagent le service de jumelage de couple.

Voyons un autre exemple [1] ...

Imaginez un couple, Colleen Esterase and Cory Za, qui décident d'essayer de jumeler en tant que couple.

Étape 1: Chaque partenaire devrait préparer séparément sa liste de classement individuelle sur une feuille.

Colleen Esterase

1. McMaster Pediatrics
2. UBC Pediatrics
3. MUN Pediatrics
4. Dalhousie Pediatrics
5. Western Pediatrics

Cory Za

1. McMaster Orthopedic Surgery
2. UBC Orthopedic Surgery
3. Western Orthopedic Surgery
4. MUN Orthopedic Surgery
5. Dalhousie Orthopedic Surgery

Étape 2: Les deux partenaires doivent décider ensemble des PAIRES de programmes qu'ils sont prêts à classer.

Colleen Esterase

1. McMaster Peds
2. McMaster Peds
3. Western Peds
4. Western Peds
5. UBC Peds
6. MUN Peds
7. MUN Peds
8. Dalhousie Peds
9. Dalhousie Peds
10. McMaster Peds
11. No match

Cory Za

- McMaster Ortho
- Western Ortho
- McMaster Ortho
- Western Ortho
- UBC Ortho
- MUN Ortho
- Dalhousie Ortho
- MUN Ortho
- Dalhousie Ortho
- No match
- McMaster Ortho

Note: Un couple peut choisir de ne classer que quelques-unes ou toutes les combinaisons de programmes possibles. Le classement de plusieurs paires réduira les chances que les partenaires ne soient pas jumelés en couple. Cependant, les paires que le couple juge inacceptables ne devraient pas être listées.

Étape 3: Ensuite, les deux partenaires doivent décider ensemble l'ordre de préférence des paires à classer. Chaque partenaire doit ensuite soumettre individuellement la liste dans le système en ligne.

Le couple pourrait ensuite avoir une liste finale de programmes jumelés comme celle de la page suivante :

Colleen	Cory
---------	------

1. McMaster Peds
2. BC Peds
3. McMaster Peds
4. MUN Peds
5. Dalhousie Peds
6. Western Peds
7. MUN Peds
8. Dalhousie Peds
9. Western Peds
10. McMaster Peds
11. McMaster Peds
12. McMaster Peds
14. UBC Peds
15. UBC Peds
16. UBC Peds
17. UBC Peds
19. MUN Peds
20. MUN Peds
21. MUN Peds
23. Dalhousie Peds
24. Dalhousie Peds
25. Dalhousie Peds
27. Western Peds
28. Western Peds
29. Western Peds
13. McMaster Peds
18. UBC Peds
22. MUN Peds
26. Dalhousie Peds
30. Western Peds
31. No match
32. No match
33. No match
34. No match

1. McMaster Ortho
2. McMaster Ortho
3. Western Ortho
4. MUN Ortho
5. Dalhousie Ortho
6. Western Ortho
7. Dalhousie Ortho
8. MUN Ortho
9. McMaster Ortho
10. Dalhousie Ortho
11. UBC Ortho
12. MUN Ortho
14. McMaster Ortho
15. Western Ortho
16. MUN Ortho
17. Dalhousie Ortho
19. McMaster Ortho
20. UBC Ortho
21. Western Ortho
23. McMaster Ortho
24. UBC Ortho
25. Western Ortho
27. UBC Ortho
28. MUN Ortho
29. Dalhousie Ortho
13. No match
18. No match
22. No match
26. No match
30. No match
31. McMaster Ortho
32. UBC Ortho
33. Western Ortho
34. MUN Ortho

Après avoir fait la liste de tous les classements en couple, chaque partenaire peut choisir de continuer à classer des programmes pour maximiser les options de jumelage individuel.

Un classement de « non-jumelé » devrait seulement être utilisé si le couple juge qu'avoir un seul partenaire jumelé est plus acceptable qu'une situation dans laquelle les deux partenaires ne sont pas jumelés. Par exemple, en utilisant le modèle ci-contre, les deux membres du couple ont la même opportunité pour le résultat du meilleur scénario possible que celui qui soumet une liste de classement individuel.

Par exemple, si le résultat du meilleur scénario possible pour Colleen était Pédiatrie à Western (son 5e choix) et que le résultat du meilleur scénario possible pour Cory était Ortho à McMaster (son 1er choix), le couple serait jumelé à leur 9e choix dans leur liste de classement. Cependant, si Colleen n'est classée par aucun programme, ou classée après d'autres candidats et que toutes les postes ont été remplis et que le résultat du meilleur cas possible pour Cory était Ortho à McMaster (son 1er choix), le couple sera jumelé au choix numéro 31.

Au final, ce jumelage offrira aux deux partenaires le même résultat que s'ils avaient soumis une liste de classement individuel.

1.3 Le contrat CaRMS

Le contrat du CaRMS est juridiquement contraignant et explique les attentes des candidats et des programmes qui participent au jumelage ainsi que les conséquences si l'un ou l'autre rompt le contrat. Le contrat est interprété et exécuté conformément aux lois provinciales et fédérales du Canada. Il est important de seulement classer les programmes dans lesquels vous êtes prêts à poursuivre votre formation. Les candidats qui souhaitent retirer leur candidature à un programme doivent le faire avant l'examen des dossiers. A la suite du jumelage, les candidats doivent obtenir le permis d'exercice correspondant à l'organisme de réglementation médicale de la province ou du territoire auquel ils ont été jumelés avant le 1er juillet. **Le CaRMS se réserve le droit de retirer des candidats du programme de jumelage si leurs qualifications ne peuvent pas être vérifiées ou si elles ont été falsifiées.**

Si un candidat est jumelé à un programme mais décide de refuser le jumelage, cette violation sera présentée au Comité d'enquête des violations de CaRMS et le candidat sera contacté afin de tenter de régler le problème. Si l'issue n'est pas résolue, le candidat se verra imposer une sanction désignée par le comité d'enquête de violations de CaRMS. La conséquence la plus commune est l'exclusion aux jumelages futurs du CaRMS pendant une période maximale de trois ans. Pareillement, les programmes qui violent le contrat CaRMS seront aussi imposés une sanction désignée par le comité d'enquête de violations de CaRMS. **Toute violation de contrat est signalée aux autorités compétentes et aux collèges médicaux et est incorporée dans le dossier professionnel du candidat.**

1.4 Foire aux questions (FAQ)

Que retrouve-t-on dans une candidature au CaRMS?

Les exigences relatives aux candidatures varient selon la province, l'université et le programme. Une candidature standard inclut votre relevé de notes et votre DREM (lettre du doyen de la faculté de médecine). Cette dernière est fournie directement au CaRMS par votre faculté de médecine.

Vous allez aussi soumettre un curriculum vitae récent : une version générale et une version spécifique à la spécialité pour laquelle vous faites votre demande. Vous serez aussi en mesure de fournir les détails suivants : aptitudes linguistiques, permis obtenus (examens par le Conseil médical du Canada, formations médicales internationales ou autre), accomplissements et intérêts, éducation de premier cycle et CÉGEP, études de cycles supérieurs, formation en médecine, stages cliniques, formation de résidence et stages (lors d'une demande en surspécialité), formation professionnelle, expérience de travail, expérience de bénévolat, activités scolaires et recherche (publications et présentations), expériences d'observation, expériences cliniques et programmes de bourses postdoctorales.

Qu'est-ce que cela signifie quand un programme a plusieurs groupes?

Cela signifie que le programme offre une formation à plus d'un site. Par exemple, un programme de médecine familiale peut avoir des sites à London et à Windsor. Le programme de médecine familiale de l'Université de la Colombie-Britannique a plus de 19 sites à travers la province.

Puis-je soumettre une application bilingue?

Oui, vous pouvez soumettre votre candidature en français et en anglais.

J'ai postulé la première itération du jumelage, mais je n'ai pas reçu d'entrevues alors je n'ai pas soumis une liste de classement. Dois-je retirer ma candidature afin de pouvoir participer au 2e tour de jumelage?

Vous n'avez pas besoin de retirer votre candidature. Dès le début de la seconde itération jusqu'à la révision du dossier, vous pouvez modifier votre application, soumettre des documents et postuler à d'autres programmes.

Puis-je modifier une lettre personnelle après l'avoir assignée à un programme ?

Oui, vous pouvez modifier vos lettres personnelles jusqu'à la fin de la période de demande.

Dois-je classer tous les programmes auxquels j'ai postulé ?

Non, vous n'avez pas besoin de classer tous les programmes auxquels vous avez postulé. Ne classez que les programmes dans lesquels vous seriez prêts à suivre votre formation.

Comment puis-je classer plusieurs groupes dans le même programme ?

Chaque groupe peut être classé individuellement et sera considéré comme n'importe quel autre programme que vous classez. Aucun programme ou groupe ne peut avoir le même classement.

Quels sont les frais de demande de CaRMS?

Les candidats qui désirent s'inscrire au jumelage du CaRMS doivent payer des frais de participation, qui varient selon le type de jumelage. Présentement, le coût de participation au jumelage principal R-1 est 302,89\$, ce qui inclut une demande à neuf programmes. Chaque programme additionnel coûte 31,00\$, et vous pouvez poser votre candidature pour autant de programmes que vous le désirez. Vous n'avez pas à déboursier des frais pour les entrevues. Cependant, si vous demandez une entrevue par vidéoconférence, le programme est en droit de vous charger un coût supplémentaire pour cet accommodement. Vous pouvez trouver la liste des frais au lien suivant. Notez que les entrevues pour l'année 2021 se feront toutes virtuellement.

Je pose également ma candidature aux États-Unis à travers le NRMP (Programme national de jumelage en résidence), dois-je en informer le CaRMS?

Si vous participez au jumelage du NRMP en plus du jumelage du CaRMS, vous devez en informer le CaRMS par l'entremise de votre candidature en ligne avant la date limite de classement. Si vous n'avisez pas le CaRMS de votre participation au jumelage NRMP avant cette date, vous pourriez être retiré du jumelage CaRMS et voir vos résultats du jumelage annulés.

Plus de FAQ pour le CaRMS

Afin de trouver plus de réponses à vos questions concernant le CaRMS, vous pouvez consulter le site web de CaRMS qui contient d'autres FAQ qui traitent de plusieurs sujets. Vous pouvez les retrouver en suivant ce lien: <https://www.carms.ca/fr/le-jumelage/deroulement-du-jumelage/>

2. PRÉPARATION

2.1 Dates et étapes importantes

Avis: L'information ci-dessous a été prise du site web CaRMS et est sujette à changements sans préavis. Pour les statistiques les plus récentes, veuillez visiter le *site web du CaRMS*.

Information Générale

Tous les étudiants en dernière année de médecine qui font une demande pour les postes d'entrée postdoctoraux participeront au jumelage principal R-1 de CaRMS. Le jumelage principal R-1 comprend deux tours. L'information ci-dessous se rapporte au deux tours et est essentielle à considérer pendant le processus de demande de candidature. A cause de la pandémie COVID-19, les dates d'échéance suivantes sont flexibles et sont les dates disponibles à la date de publication du MatchBook. Restez au courant des changements à travers le site web CaRMS [ici](#).

Tel que décidé par le conseil de la FEMC :

Date limite de la période de mise en candidature
7 février 2021

Période de révision des dossiers
8 février au 5 mars 2021

Période des entrevues virtuelles
8 au 28 mars 2021

Jour du jumelage pour le deuxième tour
Au plus tard le 18 mai 2021

Pour les informations les plus à jour sur les dates du jumelage, veuillez consulter le site web :

<https://www.carms.ca/match/r-1-main-residency-match/r-1-match-timeline/>

2.2 Statistiques

Avis: L'information ci-dessous a été prise du site web CaRMS et est sujette à changements sans préavis. Pour les statistiques les plus récentes, veuillez visiter [le site web du CaRMS](#).

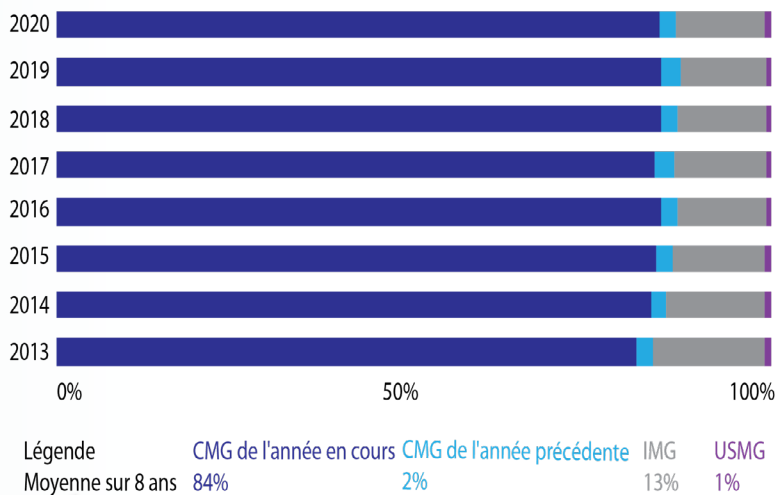
2998 GMA au total ont participé au jumelage R1 CaRMS 2020, avec un taux de jumelage de 2895 GMA correspondants (96,6%).

418/1435 IMGs Matched (29.1%)

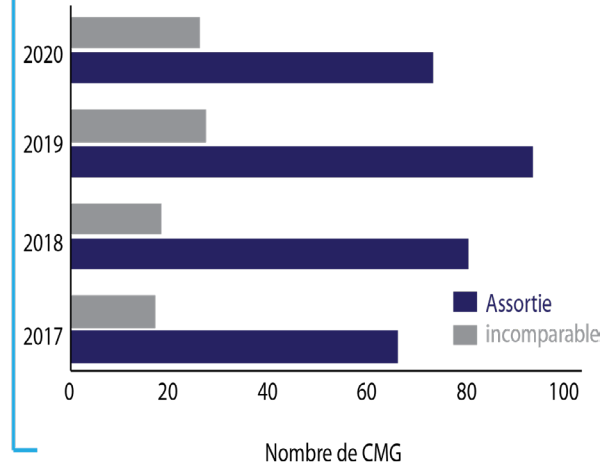
28/47 USMGs Matched (59.5%)

Le candidat moyen du CMG a postulé à **21,6 programmes** où **81,7%** des candidats ont été jumelés à l'un de leurs **trois principaux programmes**.

Qui a entrepris une formation postdoctorale au Canada

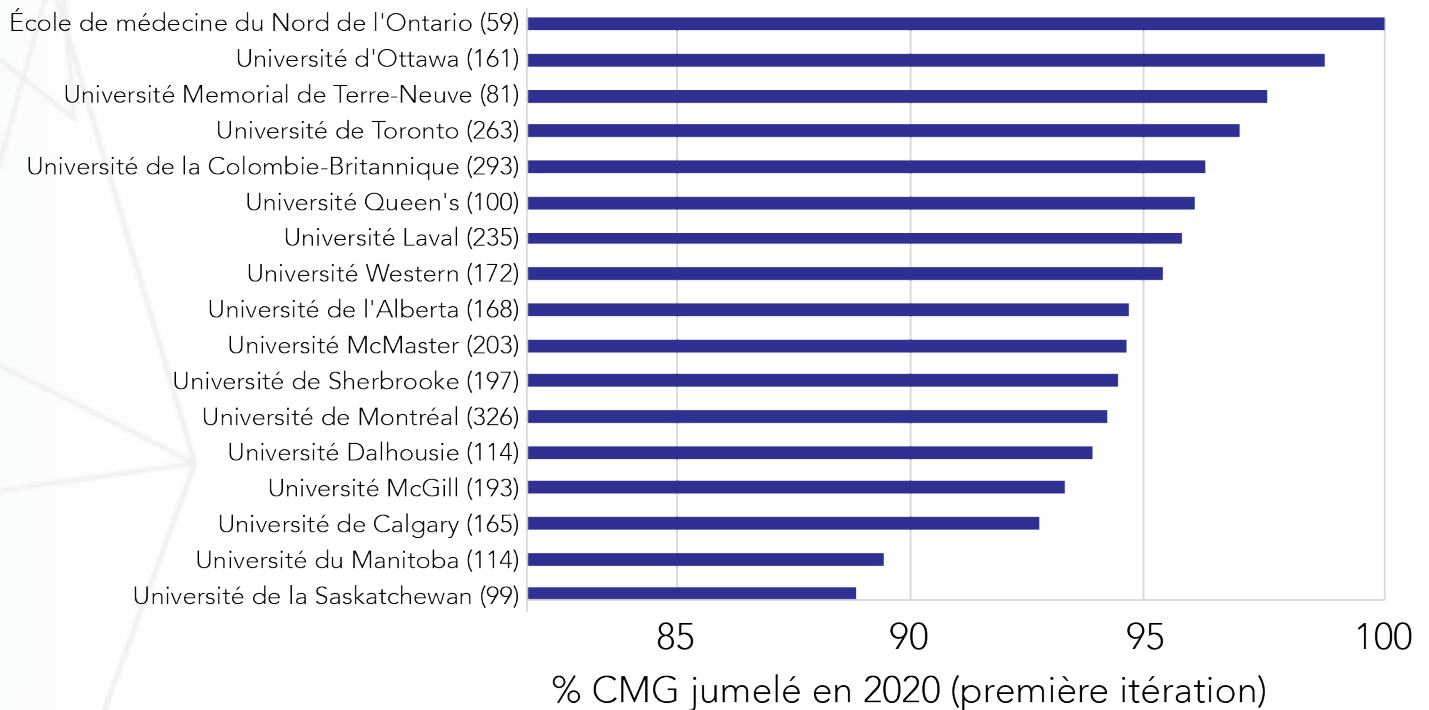


CMG précédente inégalee Correspondance dans la 1ère itération

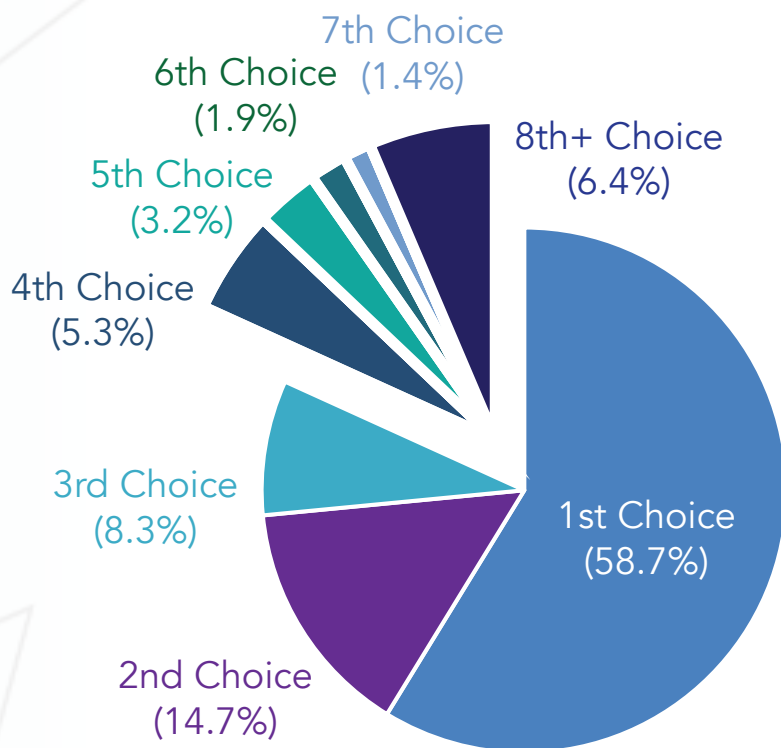


Sur les 3341 diplômés jumelés au total en 2020, 84,3% étaient des GMA. Cette année a montré une tendance similaire aux 8 dernières années.

École (#étudiants entrant dans le match)



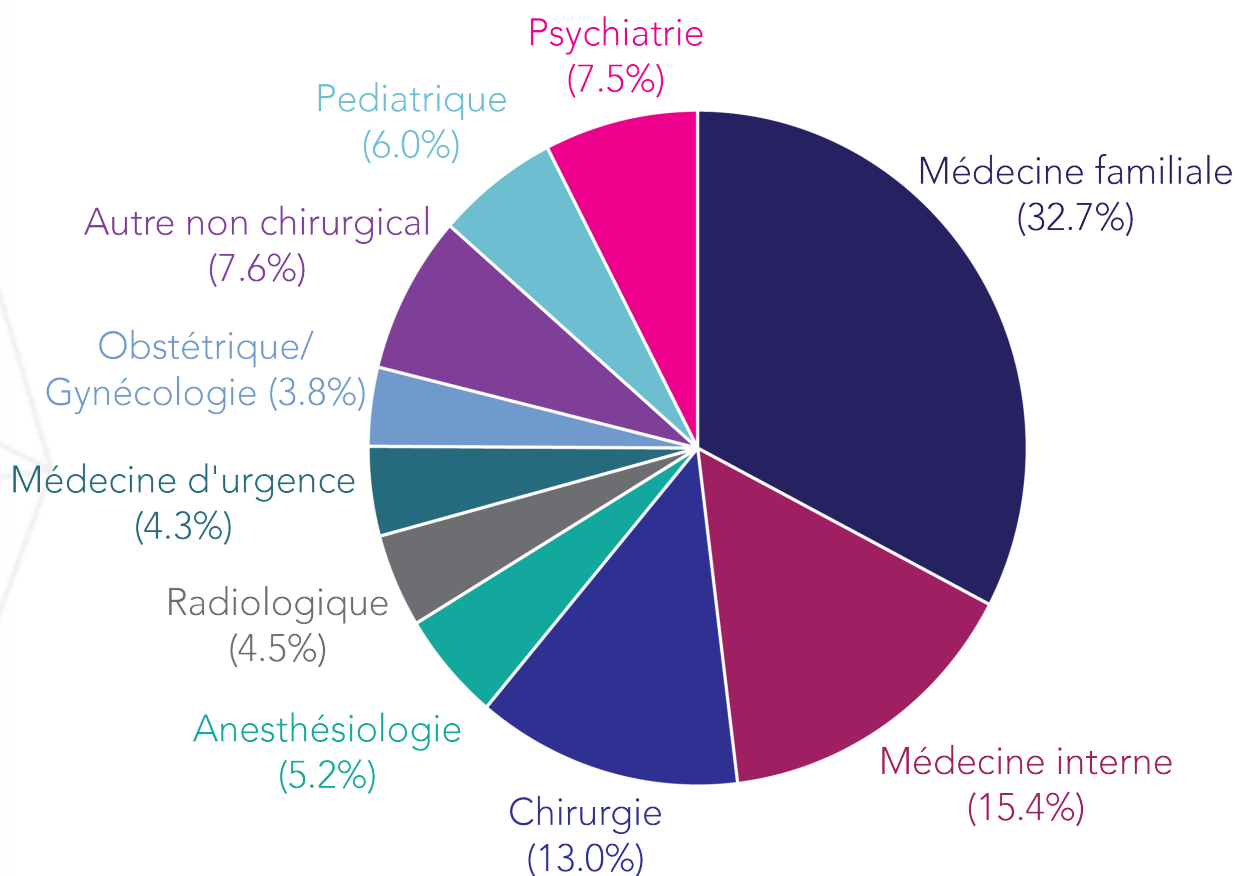
NOSM a maintenu un taux de correspondance de 100% en 2020, suivi de l'Université d'Ottawa à 99,7% lors de la première itération. L'Université de la Saskatchewan avait un taux d'appariement de 88,9% lors de la première itération.



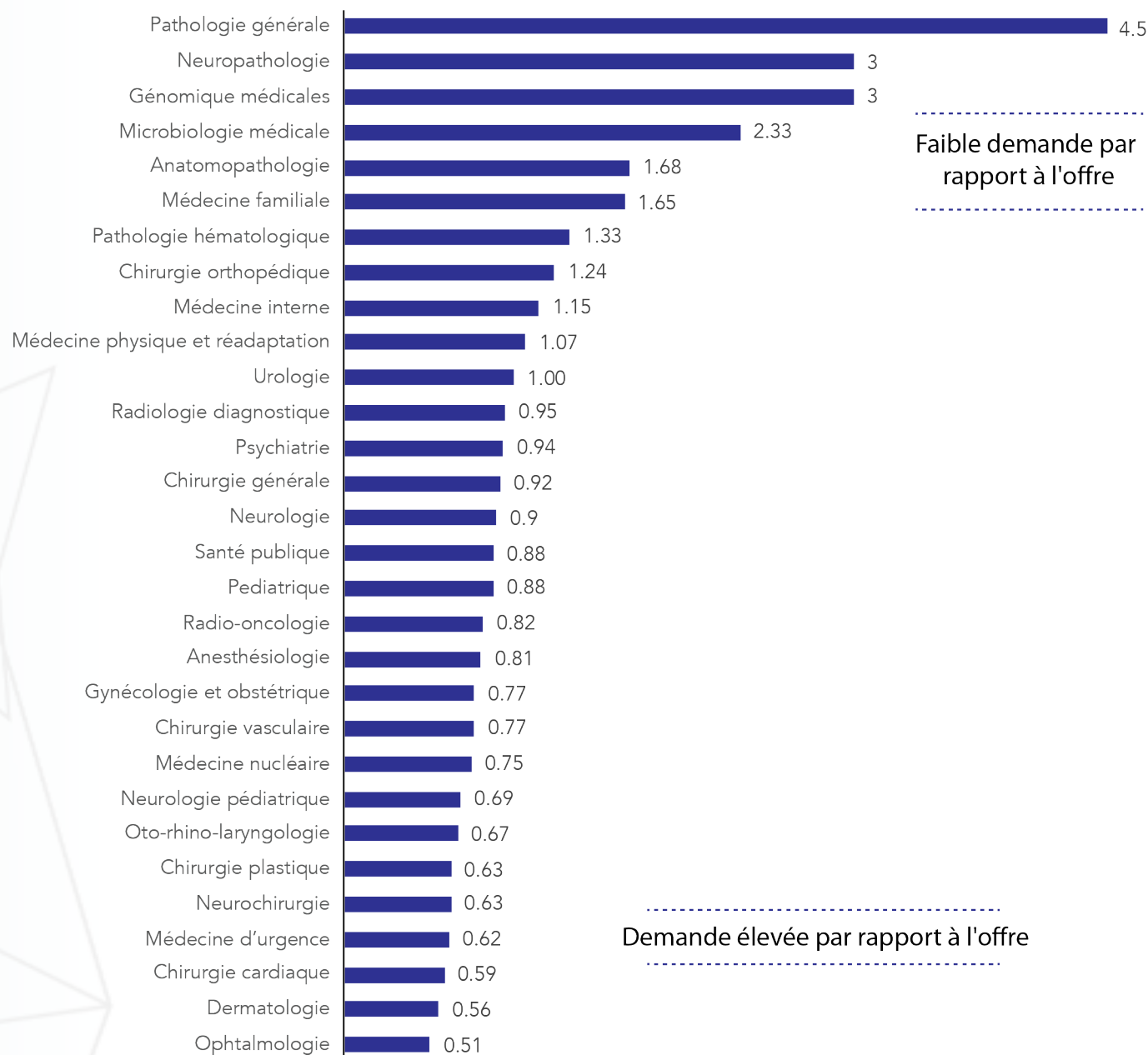
Plus de 80% des candidats CMG de la première itération correspondaient à l'un de leurs trois premiers choix.

Le nombre de candidats correspondant à un choix alternatif basé sur leur spécialité de premier choix peut être trouvé [ici](#).

Premier choix pour les candidats CMG



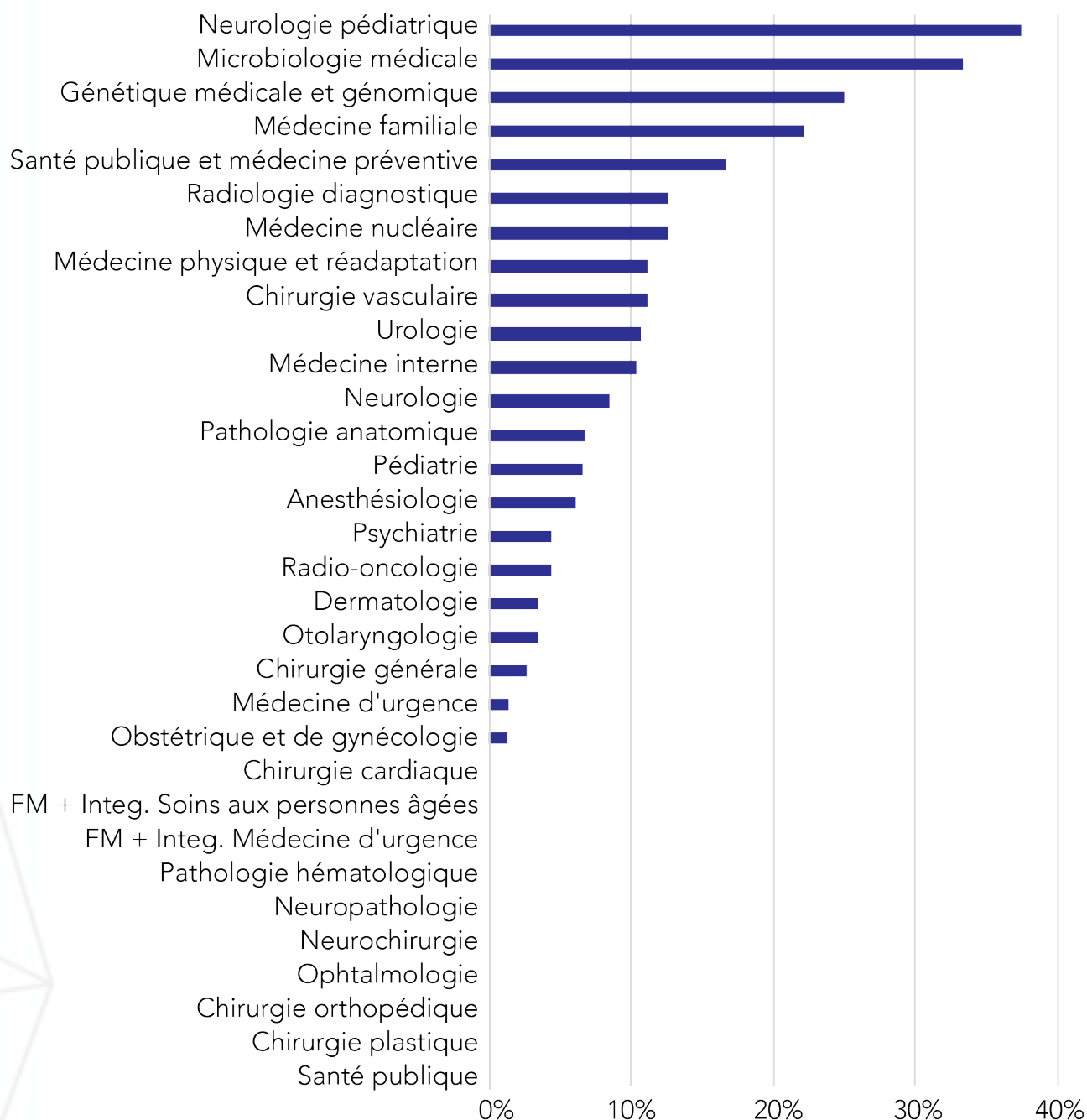
DISCIPLINES DE PREMIER CHOIX VS. LA DISPONIBILITÉ (RAPPORT OFFRE-DEMANDE)



L'ophtalmologie était la spécialité la plus demandée par rapport au nombre de places au Canada. La plupart des spécialités chirurgicales font l'objet d'une demande plus élevée que l'offre, tandis que les spécialités de médecine de laboratoire sont plus présentes que la demande, en général.

POURCENTAGE D'ÉLÈVES QUI ONT ÉTÉ ASSOCIÉS À LA SPÉCIALITÉ S'IL EST CLASSÉ COMME ALTERNATIF

Correspond à la spécialité de classement au 2e rang ou au rang inférieur



La médecine familiale était le plus souvent jumelée à un choix alternatif, alors que très peu de candidats, voire aucun, ont été jumelés à des spécialités chirurgicales s'ils étaient classés comme substitués. Les résultats complets sur l'appariement alternatif sont fournis [ici](#).

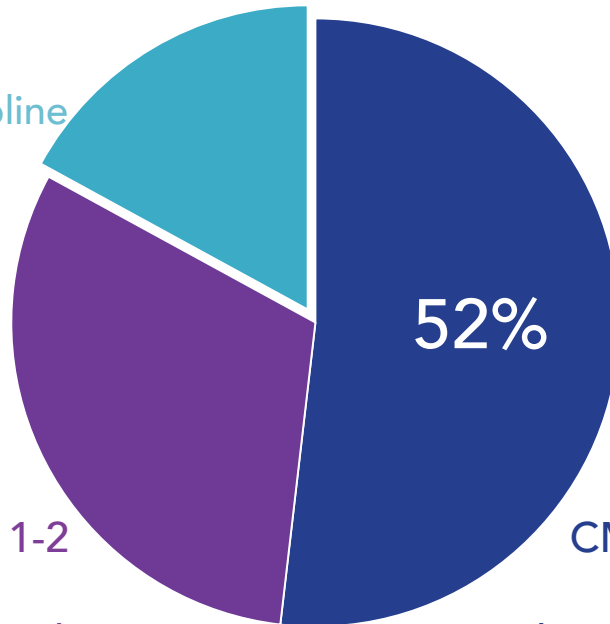
2020 R1 JUMELAGES EN PREMIÈRE ITÉRATION PAR DISCIPLINE

DISCIPLINE	CMG	COURANT NORMAL	IMG	CMG ROS	COURANT NORMAL INCLUANT MOTP/MMTP	CMG INCLUANT MOTP/MMTP	MOTP-MMTP	COURANT COMPÉTITIF
Anatomie pathologique	27	13	5					
Anesthésiologie	86	29	9					
Anesthésiologie - Programme d'enquêteur clinique	2							
Chirurgie cardiaque	7	2	1					
Dermatologie	15	12	2	2				
Radiologie diagnostique	56	25	6					
Médecine d'urgence	62	10	5					
Médecine familiale	685		168	2	507	177	24	9
Médecine familiale intégré avec soins aux aînés	1							
Médecine familiale intégré avec Médecine d'urgence	2							
Pathologie générale	6		3					
Chirurgie générale	66	15	4					
Pathologie hématologique	5		1					
Médecine interne	314	152	54					
Génétique médicale et génomique	6	2	1					
Microbiologie médicale	7		2					
Neurologie	37	11	5					
Neurologie - Pédiatrie	6	2	1					
Neuropathologie	4							
Neurochirurgie	15	2	1					
Médecine nucléaire	4	5						
Gynécologie obstétrique	66	15	5					
Ophthalmologie	24	13	1					
Chirurgie orthopédique	42	7	6					
Otolaryngologie - Chirurgie tête et cou	22	7						
Pédiatrie	108	29	17					
Pédiatrie - Programme d'enquêteur clinique	1							
Pédiatrie - courant MD-PHD	1							
Médecine physique et réhabilitation	23	7	1					
Chirurgie plastique	18	5	1					
Chirurgie plastique - Programme d'enquêteur clinique	1							
Psychiatrie	125	57	23					
Psychiatrie - Courant recherche	2							
Santé publique et médecine préventive	2	5	1					
Santé publique et médecine préventive intégré avec Médecine familiale	15							
Radiation Oncologie	19	4						
Urologie	22	8	2					
Chirurgie vasculaire	8	2						
Total	1912	439	325	4	507	177	24	9

2020 R1 STAGE

Nombre de cours au choix suivis dans une discipline correspondante

CMG avec 0 au choix dans la discipline



CMG avec 1-2 au choix dans la discipline

CMG avec 3 > au choix dans la discipline

Les renseignements les plus à jour sur les statistiques facultatives de toutes les années se trouvent sur le site Web de CaRMS [ici](#).

Le candidat moyen a fait des cours au stages dans au moins 5 disciplines uniques

55% des candidats jumelés ont fait un stage au choix dans la discipline dans leur école jumelée

81% des candidatures classées provenaient de candidats ayant fait au moins un stage au choix dans cette discipline

Le candidat moyen en 2020 a fait 8,0 cours au choix en dehors de sa discipline correspondante avec 3,9 cours au choix dans sa discipline correspondante.

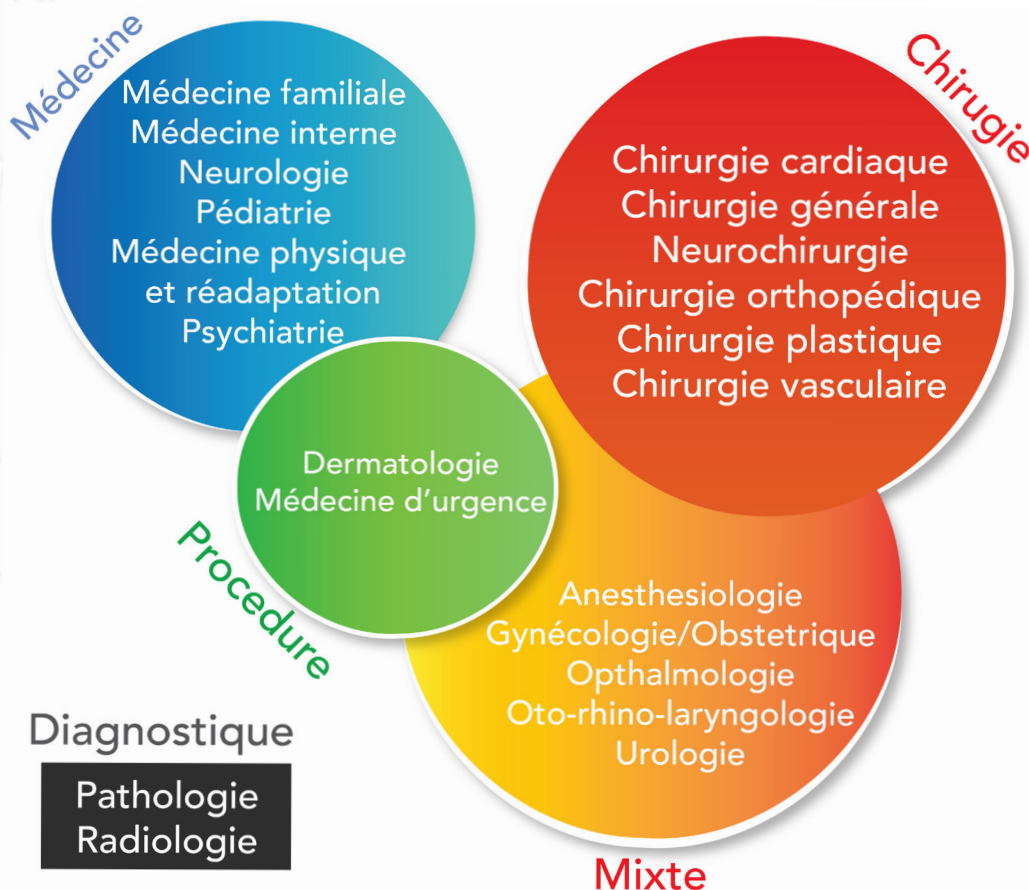
3. STRATÉGIES

3.1 Le préexternat et l'externat

Choisir sa discipline

Spécialité médicale ou chirurgicale

C'est souvent la première décision à prendre pour choisir une discipline. Êtes-vous plus intéressé par la « médecine » qui, souvent, requiert un intérêt particulier pour la formation de diagnostics différentiels et une bonne connaissance de la pharmacologie? Ou bien êtes-vous une personne manuelle, qui aime un environnement rapide et des résultats concrets? Toutes les spécialités se situent sur un spectre entre le médical, où l'emphase est sur le diagnostic différentiel et les traitements pharmacologiques, et le chirurgical, qui comprend principalement des interventions et des procédures. Le diagramme ci-dessous va classer par catégories certaines spécialités et où elles se situent sur ce spectre. Veuillez noter que nous généralisons et que chaque spécialité ci-dessous peut varier énormément sur le spectre selon la surspécialité et la pratique choisie. Par exemple, certaines surspécialités de la médecine interne peuvent être plus ou moins procédurales que d'autres.



*This Venn Diagram is for a general idea of the R1 specialties and does not encompass the full nature of many subspecialties within each of the mentioned specialties.

Stages d'observation:

Les stages d'observation sont des opportunités d'observer des médecins au travail. Avant de vous inscrire à des stages d'observation, veuillez consulter votre université pour en savoir plus sur les politiques d'observation. Il est important de prendre en compte la couverture d'assurance responsabilité médicale, les opportunités d'observation organisées par la faculté et les documents nécessaires à remplir.

Pour commencer, quels sont vos intérêts? Qu'est-ce qui vous a d'abord amené à la médecine? La pratique d'un professeur ou d'un précepteur clinique a-t-elle piqué votre curiosité? Observer un médecin dans une discipline qui vous intéresse pourrait vous aider à décider si vous aimez bel et bien le travail impliqué. Il est possible que votre université ait une banque de médecins disposés à prendre des étudiants et/ou de contacts en administration pour certains départements. Contactez par courriel, de façon courtoise, le médecin ou l'administration. Prévoyez un temps qui n'interférera pas avec votre apprentissage. Avant d'arriver, il est préférable de réviser vos notes d'un cours relié ou de faire des lectures sur les présentations cliniques et les diagnostics communs à cette spécialité. Ceci va faciliter votre apprentissage durant le stage d'observation et va sans doute rendre votre expérience plus enrichissante et intéressante.

- Soyez courtois et prêt à apprendre.
- Les responsables essaieront probablement de vous montrer des cas intéressants ou inhabituels, mais il est tout aussi important de se concentrer sur leurs cas "de base". Avez-vous aimé les sujets qui ont souvent été vus ?
- Soyez respectueux. Assurez-vous de ne pas priver les externes qui font leur rotation de la possibilité d'apprendre. Vous êtes là pour observer, pas pour effectuer des tâches cliniques.
- Si vous suivez une personne travaillant dans un domaine chirurgical, voyez si vous pouvez la rejoindre dans la salle d'opération (là encore, faites attention aux autres apprenants et à votre police d'assurance s'ils vous autorisent à participer à une procédure).
- Vous n'êtes pas attendu à exercer des fonctions cliniques.

Autres facteurs à prendre en compte:

- Qu'est-ce qui est important pour vous ? Vous pouvez prendre en considération les facteurs suivants:
- Lieu de résidence : N'oubliez pas qu'en fonction de la compétitivité de la spécialité que vous souhaitez, vous devrez peut-être faire des compromis sur le lieu où vous serez placé pendant votre formation en résidence. Avez-vous de la famille ou un partenaire qui est prêt à déménager avec vous ? Il s'agit là d'une discussion que vous souhaitez peut-être avoir avec vous-même assez tôt si la spécialité que vous souhaitez choisir est compétitive;
- Poursuite du mode de vie : Parlez aux résidents ou aux médecins traitants que vous avez observés du mode de vie associé à leur travail. N'oubliez pas qu'il existe souvent une différence marquée entre le mode de vie des résidents et celui des médecins traitants. La résidence sera rigoureuse et exigera beaucoup de travail. Cependant, certaines spécialités ont des horaires plus longs, plus de gardes, etc. Considérez le mode de vie associé à une carrière dans une certaine spécialité et demandez-vous si vous en seriez satisfait;

Ambitions académiques

Le travail académique comprend non seulement la recherche, mais aussi le leadership, l'enseignement et des cours supplémentaires. Ces possibilités enrichiront votre apprentissage pendant vos études de médecine et pourraient vous aider à identifier vos intérêts pour la médecine en dehors du travail clinique.

La recherche:

Vous n'êtes pas tenu d'avoir plusieurs publications dans votre domaine d'intérêt. Vos intérêts peuvent changer au fur et à mesure que vous progressez dans vos études de médecine. En outre, si vous n'êtes pas intéressé par la poursuite d'un projet de recherche, il existe certainement d'autres types de travaux universitaires dans lesquels vous pouvez vous investir. Pendant vos années de pré-clinique, il se peut que des possibilités de recherche soient financées et soutenues par votre faculté. Vérifiez si l'administration de votre école dispose d'une liste de chercheurs principaux/superviseurs potentiels pour la recherche. Une autre façon de mettre un pied dans la porte est de profiter des possibilités d'observation clinique.

Remarque : ne "magasinez" pas pour des projets de recherche. Avant de contacter d'éventuels chercheurs principaux, réfléchissez au temps que vous pouvez réellement consacrer à un projet. N'ayez pas peur de dire non si leurs attentes ne correspondent pas aux vôtres après une première rencontre - c'est bien mieux que de se désister plus tard !

Pendant l'externat, le temps consacré à la recherche sera limité. En gardant cette limitation de temps à l'esprit, apprenez à connaître les précepteurs et les résidents tout en effectuant une rotation dans votre spécialité d'intérêt. Si vous êtes intéressé, vous aurez peut-être la possibilité de participer à un projet. Vous pouvez également choisir de travailler sur des études de cas ou des analyses documentaires, qui sont plus faciles à réaliser dans le cadre de vos rotations de stage, dont les horaires changent constamment.

Autres travaux universitaires :

La liste est infinie ! Vous pouvez participer à de nombreuses autres activités susceptibles de promouvoir l'apprentissage, notamment :

- Enseignement : cette possibilité peut se présenter sous la forme d'initiatives menées par des pairs ou des professeurs et peut inclure l'animation de petits groupes, l'enseignement du raisonnement clinique, la révision des compétences en matière d'examen physiques, le retour d'information dans des environnements de simulation, etc. Certains de vos instructeurs cliniques peuvent également être intéressés par la facilitation de l'apprentissage par le biais de différentes modalités (par exemple, modules en ligne, podcast, vidéocast).
- Leadership et défense des intérêts : Impliquez-vous au niveau local par l'intermédiaire de votre société d'étudiants en médecine, au niveau provincial par l'intermédiaire de vos organisations locales d'étudiants en médecine, ou au niveau national par l'intermédiaire de la FEMC!
- Interventions dans les panels
- Cours et/ou projets d'amélioration de la qualité

Projets extrascolaires

Nous vous recommandons vivement de vous engager dans des projets extrascolaires dans un état d'esprit approprié. Il est important de veiller à l'équilibre entre vos engagements et vos devoirs pendant les rotations d'externat, car la performance clinique est une aptitude importante pour exceller. Engagez-vous dans des projets ou des activités qui vous intéressent vraiment !

Consultez le site web de votre association étudiante pour obtenir une liste des clubs existants - si ce que vous recherchez n'existe pas, envisagez de prendre l'initiative de lancer quelque chose de nouveau ! Parmi les clubs auxquels vous pouvez envisager d'adhérer, citons

- Groupes d'intérêt d'étudiants : Ces clubs sont également connus pour organiser des activités d'observation, ainsi que de nombreux autres événements destinés à stimuler votre intérêt pour une spécialité particulière.
- Groupes de défense d'intérêts
- Groupes d'activités
- Groupes de participation communautaire
- Plus récemment : Groupes liés à la COVID-19

Planifiez vos étés

Les étés sont un moment idéal pour se détendre et se ressourcer, et de nombreux étudiants les traitent comme tel. Il n'y a rien de mal à cette approche! D'un autre côté, vous voudriez peut-être utiliser ce temps pour explorer vos futures options de carrière.

Voici quelques options à envisager:

- Recherche: Comme mentionné ci-dessus, certaines écoles auront des opportunités de recherche rémunérées, selon les dispositions de la faculté. Voyez si vous pouvez être payé pour faire avancer votre dossier pendant l'été!
- Les expériences d'observation.
- SCORE et SCOPE: La Fédération Internationale des Associations des Étudiants en Médecine (L'IFMSA) propose des programmes d'échange professionnel tels que SCOPE (échange clinique) et SCORE (échange de recherche). [Cliquez ici pour plus d'informations.](#)
- Autres: voyager, faire du bénévolat, etc.

Stages de l'externat

L'externat est une période difficile mais fructueuse pour tous les étudiants en médecine. C'est le moment où vous apprendrez le plus, et vous connaîtrez une croissance exponentielle de vos connaissances et de vos compétences. Concentrez-vous sur l'apprentissage des concepts clés pendant chaque rotation. Peu importe la spécialité que vous poursuivrez, chaque rotation contribuera à faire de vous un meilleur médecin (et aucune spécialité n'est interdite en ce qui concerne les questions d'examen de licence!)

Voici quelques conseils à considérer durant vos stages de l'externat :

- Soyez un joueur d'équipe. Soyez responsable et fiable.
- Soyez à l'heure (ou tôt!). Soyez présent et apprenez. Être en retard est le moyen le plus simple de se démarquer (et pas dans le bon sens!) durant l'externat.
- Lisez autour de vos cas cliniques. C'est là que vos connaissances cliniques seront consolidées.
- De nombreux étudiants trouvent très utile de tenir un journal des patients mémorables rencontrés pendant leurs stages. Ce sont des excellents indices/points d'ancrage pour les futurs essais et entrevues de CaRMS, car ils vous aideront à vous souvenir de vos expériences cliniques importantes

3.2 Guide pour la planification des stages à option

Les stages à option ont pour but d'élargir et d'approfondir votre base de connaissances, de vous assister dans votre choix de carrière et de fournir des occasions à en découvrir davantage sur les spécialités/programmes qui vous intéressent. Plusieurs étudiants trouvent que le processus de planification pour les stages à option peut être intimidant, surtout au début. Ce guide vise à démystifier ce processus. Veuillez noter que l'AFMC [a publié une déclaration officielle](#) indiquant qu'il n'y aura pas de stages à options hors-province due à la pandémie COVID-19. Des exceptions pourront être accordées si votre université ne peut fournir aucune exposition clinique dans une discipline spécifique. Cette section sera donc plus pertinente aux futures promotions en médecine.

Première étape: Inscrivez-vous au Portail des étudiants de l'AFMC

Inscrivez-vous en tant qu'étudiant en médecine au [Portail des étudiants de l'AFMC](#). Le Portail est un service en ligne bilingue qui coordonne le placement des étudiants visiteurs aux 17 facultés de médecine canadiennes. Pour plus de détails concernant le Portail, veuillez consulter la Section 4.2: Portail des étudiants de l'AFMC.

Deuxième étape: Préparez les documents

Chaque faculté peut exiger différents documents spécifiques avant le début de votre stage à option. Avant de soumettre votre demande au Portail, il faut télécharger les documents requis. En général, les facultés peuvent demander :

1. Une photo récente
2. La vérification d'un essai d'ajustement pour le masque N95: Ceci est typiquement arrangé à votre faculté de médecine. Veuillez contacter votre bureau de stage à option afin d'assurer que vous aurez la chance de compléter un essai d'ajustement qui sera valide pour la durée de vos périodes de stages à option.
3. Le formulaire de preuves d'immunisation (Formulaire 2020)
4. Vous pouvez imprimer ce formulaire et demander qu'il soit complété par un professionnel des soins de santé - un(e) médecin(e), un(e) infirmière, un(e) adjoint(e) de médecin(e) ou un(e) pharmacien(ne).
5. Votre résumé/CV
6. Une vérification de casier judiciaire : à compléter à un poste de police local. Nous vous recommandons d'obtenir ce document tôt durant l'année car ça peut prendre un certain temps (dans la mesure de semaines ou de mois) à recevoir la documentation finale. Pour plus de détails, veuillez consulter le site web de votre poste de police local.
7. Une lettre d'attestation de membre en règle : votre bureau de stage à option peut fournir ce document si vous faites une demande. Ce lettre va indiquer que vous êtes en train de compléter votre externat, que vous êtes en règle et que vous êtes couvert par l'assurance-responsabilité de votre faculté.
8. Vos stages d'externat déjà complétés : les dates et les spécialités doivent être remplies manuellement sous votre profil académique.

Veillez vérifier les documents requis par chaque faculté en visitant leur profil individuel dans le Portail. Pour certaines facultés, il est possible de soumettre votre demande sans initialement avoir inclut tous les documents requis. Vous serez obligé de soumettre ces documents pour une date limite. Soyez prudents de vérifier si la faculté d'intérêt accepte des demandes avec des documents en attente d'émission.

Troisième étape: Choisir ses stages à option

Quand soumettre votre demande : la période de dépôt de demande commence le dimanche qui précède les 26 semaines avant la date de début du stage à option à 18:00 (heure normale du Pacifique) ou à 21:00 (heure normale de l'Est). Par exemple, si vous désirez un stage à option qui débute lundi, 28 septembre 2020, vous soumettrez votre demande dimanche, 29 mars 2020. Veuillez vérifier le Portail pour des renseignements à jour sur les délais applicables. L'information est sujette à changements en fonction des circonstances, par exemple en période post-COVID-19.

Cours et stages préalables : il est parfois nécessaire d'avoir complété des stages préalables avant de compléter un stage à option. Par exemple, afin de compléter un stage à option dans une discipline chirurgicale, certaines facultés exigent la complétion du stage obligatoire en chirurgie générale. Cette information peut être trouvée soit dans le profil de la faculté, soit dans la description du stage à option spécifique. Pour plus de détails, veuillez consulter le Portail des étudiants de l'AFMC à la Section 4.2.

Période d'interdiction : Les périodes d'interdiction sont des périodes durant lesquelles les facultés n'offrent aucun stage à option. En général, les périodes d'interdiction comprennent les congés de Noël et du Nouvel an, ainsi que la semaine de relâche en mars. Certaines facultés ont aussi d'autres périodes d'interdiction. Il faut chercher cette information dans le profil de la faculté et dans la description du stage à option spécifique afin d'éviter de gaspiller une demande.

Déplacement: Aucun temps supplémentaire n'est alloué au déplacement entre deux stages à option. Il est attendu que les étudiants voyagent lors des fins de semaine.

Crédit/Notes: Afin de recevoir vos crédits et votre note (système de réussite/échec) pour un stage à option, il faut demander une évaluation à votre superviseur. Il incombe à l'étudiant d'obtenir son évaluation dans un délai convenable.

Les stages à option peuvent être complétés à n'importe quelle faculté de médecine canadienne et dans n'importe quelle discipline. Si vous vous attendez à poser votre candidature à des programmes à travers le Canada, il est recommandé d'utiliser vos stages à option pour visiter des programmes dans votre/vos discipline(s) d'intérêt et pour combler vos lacunes en matière de compétences.

À partir de 2019, toutes les facultés de médecine du Canada ont convenu d'une politique en matière de diversification des stages à option veillant à ce que les étudiants puissent compléter un **maximum de 8 semaines** dans une discipline de niveau d'entrée du CaRMS (à l'exception des disciplines post-R3 dans les spécialités de médecine interne et de pédiatrie). Certaines facultés de médecine exigent également que les étudiants effectuent des stages à option dans au moins trois disciplines différentes afin de s'assurer que les étudiants acquièrent un large éventail d'expériences. La définition de ce qui constitue une "discipline" varie selon l'université pour ce qui concerne la règle des 3 disciplines. Cependant, en ce qui a trait à la politique de diversification des stages à option, les définitions ont été convenues par les directeurs des stages à option en se basant sur la liste des disciplines d'entrée du Collège Royal utilisée par CaRMS. Les disciplines d'entrée du CaRMS sont énumérées ci-dessous pour votre référence :

Anatomo-Pathologie	Génétique et génomique médicales	Neurochirurgie	Pédiatrie
Anesthésiologie	Gynécologie et obstétrique	Neurologie	Psychiatrie
Chirurgie cardiaque	Médecine d'urgence	Neuropathologie	Radiologie diagnostique
Chirurgie générale	Médecine familiale	Neurologie pédiatrique	Radio-Oncologie
Chirurgie orthopédique	Médecine interne	Ophthalmologie	Santé publique et médecine préventive
Chirurgie plastique	Médecine nucléaire	Oto-rhino-laryngologie	Urologie
Chirurgie vasculaire	Médecine physique et réadaptation	Pathologie générale	
Dermatologie	Microbiologie médicale	Pathologie hématologique and Rehabilitation	

Certains programmes peuvent également demander une grande variété de stages à option. Lors du choix de vos stages à option, considérez de justifier vos choix de stages lors de vos entrevues. Une autre approche consiste à créer un plan en consacrant un nombre substantiel de semaines à deux disciplines distinctes.

Dans le cas des facultés que vous envisagez sérieusement, il serait idéal de travailler avec des membres du comité de sélection si vous connaissez leur identité. Il est également avantageux d'obtenir des stages avec des patrons reconnus dans leur spécialité et d'obtenir une lettre de recommandation de leur part.

Ordre des stages à option: Vous pouvez peut-être envisager de faire votre premier stage à option au sein de votre faculté d'origine pour vous aider à faciliter la transition entre les stages de base et les stages à option dans un environnement familier. Cependant, si vous préférez fortement être jumelé à votre université d'origine, vous pouvez envisager de planifier des stages à option dans votre université d'origine plus tard lorsque vous aurez plus d'expérience clinique préalable. Gardez à l'esprit qu'il existe différentes façons d'approcher l'ordre de vos stages à option.

Durée des stages à option: La durée typique d'un stage à option est de 2 à 4 semaines. Des stages à option de 3 semaines sont permis dans certaines universités, mais ils sont plus rares, car ils sont plus difficiles à planifier. Différentes facultés de médecine ont des exigences variées concernant le nombre de semaines de stages à option que les étudiants doivent effectuer au cours de leur dernière année. En règle générale, les facultés donnent environ 12 à 24 semaines de stages à option pour être admissible à l'obtention du diplôme.

Contactez les patrons: Les universités qui permettent aux étudiants de contacter les patrons avant de soumettre leur candidature pour confirmer un stage à option sont l'Université de Toronto, l'Université de Montréal, l'Université de Dalhousie et l'Université de Calgary. Il est recommandé de se renseigner sur chacune de ces universités afin de connaître la procédure détaillée pour contacter les patrons.

Annulation: La politique d'annulation est généralement environ de 6 à 8 semaines avant la date de début de votre stage à option. Si vous ne respectez pas les dates indiquées, sachez que vous risquez de recevoir une lettre d'avertissement professionnel. Veuillez consulter les profils des établissements sur le portail des étudiants de l'AFMC pour plus d'informations concernant leurs politiques individuelles.

3.3 Conseils des résidents

Conseils pour le pré-clinique

Cette section est une compilation de conseils provenant des résidents entrants R-1 qui ont fait une demande au cycle 2019-2020, spécifiquement écrits pour les nouvelles cohortes. Nous espérons que cette section aidera à démystifier la procédure et vous offrir un aperçu approfondi pour les étudiants qui font une demande cette année et les prochaines années. Si vous voulez plus de conseils, veuillez consulter les versions PDF du Matchbook des années précédentes au site web : <https://www.cfms.org/what-we-do/education/cfms-matchbook.html>. Connectez-vous à votre compte étudiant pour accéder à ces ressources.

Conseils pour le pré-clinique

- Conseils généraux
- Choisir une discipline
- Construire un dossier
- Recherche
- Santé mentale

Formalités administratives

- Conseils généraux
- Demande de candidature CaRMS
- Lettres de référence
- Lettre de motivation
- Stages à option après CaRMS

Externat

- Conseils généraux
- Choix de stages à option
- Stages cliniques
- Autres conseils pour les stages à options

Entrevues

- Réserver vos entrevues
- Conseils de voyage
- Comment préparer pour les entrevues
- Durant les entrevues
- Poser les bonnes questions à l'entrevue
- Après l'entrevue

Après le match jumelage CaRMS
 Conseils généraux
 Liste de classement
 Jumelage de couple
 Demande au deuxième tour
 Examen de fin d'études

Counsel	Spécialité
J'ai trouvé ma spécialité pendant l'externat. J'ai gardé l'esprit ouvert, avec les résidents et les patrons lors des stages qui m'intéressaient et j'ai trouvé ma place en termes d'intérêt, d'entente avec le personnel et de style de vie futur.	Anesthésie
Pendant mes études de médecine, j'ai tiré le maximum de chaque stage et j'essayais toujours d'identifier les aspects que j'aimais et ceux que j'aimais moins pour chacun. Je discutais avec les résidents et patrons à propos des meilleures parties et des plus difficiles de leur spécialité. J'ai réfléchi à ce que je voulais en termes de tâches quotidiennes, de flexibilité et d'environnement. J'ai ensuite décomposé les spécialités en fonction des personnes (patients et personnel), du cadre (rythme, patients externes et hospitalisés) et du contenu quotidien (les médicaments, les procédures, le style de pensée).	Psychiatrie
J'ai choisi la spécialité qui me rendrait le plus heureux et épanoui. J'ai choisi la spécialité où malgré de mauvais jours, les patients et le travail en vaudraient la peine. J'ai choisi le domaine où, même si je me réveillais tôt le matin, je me sentirais encore plein d'énergie grâce au travail que je ferais.	Pédiatrie
À quel point j'ai aimé la spécialité. J'ai aussi été très honnête avec moi-même sur l'impact de mon travail sur ma vie en dehors du travail (chirurgie = longues heures/jours). Connaissez vos priorités dans la vie et choisissez un travail qui y correspond plus ou moins. C'est correct de prioriser la satisfaction personnelle tout comme il est correct de prioriser la satisfaction au travail – sachez simplement ce qui est important pour vous, et essayez de penser au mode de vie à long terme, pas seulement "maintenant".	Chirurgie plastique
J'avais initialement prévu de faire de la médecine d'urgence et tous mes stages électifs étaient orientés vers ce but. J'avais longuement pensé à faire une résidence de 5 ans ou 2+1, et j'ai finalement décidé qu'il y avait beaucoup d'autres aspects de la médecine familiale qui me plaisaient – les soins aux populations mal desservies, les soins prénataux et de maternité. En outre, le taux d'épuisement professionnel en médecine d'urgence est assez élevé et je trouvais que la médecine familiale serait meilleure pour ma santé mentale tout en me permettant d'avoir une flexibilité dans ma pratique tout au long de ma carrière.	Médecine de famille
Je savais que je voulais travailler avec des enfants et c'était question de choisir entre la pédiatrie et la neurologie pédiatrique. J'ai aimé les deux.	Pédiatrie
Pour moi, la décision la plus importante était de choisir entre une spécialité chirurgicale ou non chirurgicale. J'ai fait des journées d'observation dans des disciplines chirurgicales et non chirurgicales dès le début de mes études de médecine. Une fois que j'ai opté pour la chirurgie, j'ai fait de l'observation dans toutes les spécialités chirurgicales. Lors de l'observation, j'ai demandé aux résidents et au personnel à propos des avantages et inconvénients de leur spécialité. Après ce processus, j'ai obtenu une liste restreinte de spécialités que j'ai sérieusement envisagées. J'ai toujours penché pour la neurochirurgie, mais je m'y suis finalement engagé lors de mon sélectif en neurochirurgie en troisième année.	Neurochirurgie
J'ai toujours été intéressé par la médecine interne, car j'aimais la grande variété des spécialités à explorer et je savais que je n'étais pas intéressé par une spécialité chirurgicale. J'ai pris en compte d'autres facteurs, notamment mes intérêts personnels, mon style d'apprentissage et leur alignement avec la culture de la spécialité, ainsi que mes objectifs de carrière personnelle et de vie.	Médecine interne

Conseil	Spécialité
<p>J'avais une formation de chercheur en neurosciences et j'étais attiré par les spécialités chirurgicales, la pédiatrie ainsi que les spécialités neurologiques. J'ai fait beaucoup d'observations dans les années 1-2 en obstétrique, chirurgie générale, chirurgie pédiatrique, pédiatrie générale, neurologie pédiatrique, neurologie adulte, neurochirurgie et ophtalmologie. Lors de mes observations, j'ai posé beaucoup de questions sur les carrières - pourquoi les médecins que je suivais avaient choisi cette carrière, quels sont les avantages et les inconvénients de leur travail, quel genre d'équilibre vie-travail ont-ils, quel genre de carrière en recherche ont-ils ? Je leur ai également demandé quelles autres spécialités ils avaient envisagées et leur processus de réflexion lors de leur prise de décision. J'ai eu le sentiment que la PLUPART des conseils de médecins plus âgés ne s'appliquaient pas à moi et que je pouvais mieux m'identifier aux jeunes médecins et aux nouveaux membres du personnel. L'un des conseils les plus utiles que j'ai reçus provient d'un chirurgien pédiatrique qui m'a dit qu'il aurait facilement pu être hématologue au lieu, que toutes les spécialités médicales ont de la valeur et que cela n'a pas de sens de croire qu'il n'y a qu'UNE SEULE spécialité pour vous ! Dans les années 3-4, j'ai vraiment pu comprendre à quel point j'aime "faire" chaque spécialité (si j'aimais : consultations, clinique, appel, collègues), ce que vous devez "ressentir" pendant votre stage. C'est finalement ce sentiment qui m'a poussé à choisir les spécialités et les programmes auxquels j'ai postulé.</p>	Ophthalmologie
<p>Tout au long de mon externat, j'ai réfléchi au stage qui m'a plu le plus, où je me sentais le plus à l'aise et dans lequel je me verrais avoir une belle carrière à long terme et être heureuse. J'aime généralement beaucoup de variété et je prévois que ma carrière évoluera avec le temps, alors j'ai adoré l'étendue et la flexibilité de la médecine familiale, en particulier la médecine familiale en milieu rural. De plus, j'étais le plus heureux dans ce stage.</p>	Médecine de famille rurale
<p>En choisissant ma spécialité, j'ai réfléchi aux domaines de la médecine qui me passionnaient le plus. Ensuite, dans ces domaines, j'ai considéré les choses que j'aimais le moins et la fréquence à laquelle je serais confronté à ces choses. J'ai également pensé à ma personnalité et à ce qui correspondait à mes traits de personnalité. J'ai considéré ce qui était important pour moi en dehors de la médecine pour maintenir ma bonne santé. J'ai essayé de choisir une discipline qui me donne envie d'apprendre, que je me vois faire pendant longtemps et qui permet la longévité de ma pratique parce qu'elle correspond à mes objectifs et à ma personnalité.</p>	Anatomo-pathologie

Pré-clinique : Des conseils sur la recherche/activités parascolaires ?

Conseil	Spécialité
<p>Essayez de vous tenir au courant des activités parascolaires qui vous intéressent, pas simplement parce que vous voulez les ajouter à votre CV. Pareillement pour la recherche, si elle vous intéresse et que vous avez le temps de vous y consacrer, foncez ! Essayez d'observer les domaines qui vous intéressent et, ce faisant, vérifiez s'il existe des possibilités de recherche (il y en a généralement).</p>	Psychiatrie
<p>Faire un peu de recherche est toujours bon. Mieux vaut en faire dans votre domaine pour a) des points de discussion pendant les entrevues et les stages électifs, et b) pour réseauter avec les gens et créer des relations. C'est un bon moyen pour les gens de voir votre éthique de travail en dehors des tâches cliniques et votre engagement à améliorer la médecine et la spécialité. Quant aux activités parascolaires, j'ai été interrogé à ce sujet lors de certaines de mes entrevues. Le fait d'avoir des activités parascolaires et de la recherche sur votre CV pour avoir l'air d'avoir fait quelque chose est important, mais l'idéal est de choisir des activités parascolaires qui vous tiennent à cœur parce que a) elles occupent beaucoup de temps et b) lorsque vous en parlez dans vos entretiens, vous voulez avoir l'air engagé dans le travail que vous avez fait, et que c'était quelque chose qui vous tenait à cœur. Vous voulez être mémorable, alors quoi qu'il en soit, vous voulez avoir l'air passionné et enthousiaste à ce sujet.</p>	Chirurgie plastique
<p>Je n'avais aucune publication lors de ma mise en candidature, mais j'étais impliqué dans un grand projet de recherche (avec peu d'affiliation à la spécialité dans laquelle je postulais) tout au long de ma formation en médecine, qui était sur le point de s'achever. J'avais également commencé un deuxième projet dans ma spécialité choisie, et j'ai eu l'occasion de faire présenter à plusieurs conférences avant le CaRMS. J'ai vraiment eu l'impression que cela m'a été utile lors de la discussion de mon CV et de mes recherches pendant l'entrevue à mon site d'origine, car ils étaient déjà au courant de mon projet. L'approche qualitative plutôt que quantitative a bien fonctionné pour moi, mais je pense aussi qu'il y a des programmes plus "axés sur la recherche" où je n'ai pas eu d'entrevue. Quant aux activités parascolaires, j'ai simplement participé à ce que j'ai trouvé intéressant ou amusant</p>	Chirurgie générale

Conseil	Spécialité
<p>J'ai fait de la recherche avant l'école de médecine, donc je n'en ai pas fait en préclinique. C'est surtout parce que je n'aimais pas vraiment ça. J'ai consacré mes efforts à d'autres choses qui me passionnaient davantage. Cependant, il serait trompeur de ma part de ne pas mentionner que mes recherches avant la médecine remplissaient une page entière de mon CV (entre les affiches et les articles, entre autres) et je pense donc que cela m'a été bénéfique dans une certaine mesure.</p> <p>Je vous déconseille de faire des choses juste pour les faire parce que, oui, elles figureront sur votre CV, mais si on vous demande quel a été l'impact de cette expérience sur vous, votre réponse manquera probablement de profondeur. La médecine familiale ne met généralement pas l'accent sur la recherche non plus, alors ne vous inquiétez pas. Je ne me souviens pas d'avoir été interrogé à ce sujet lors des entrevues. Alors, faites ce qui vous intéresse! N'oubliez pas non plus vos intérêts "non académiques". La musique, le sport, l'art, etc. montrent tous un dévouement à une activité et à d'autres choses comme le travail d'équipe, la concentration, la persévérance, etc.</p>	Médecine de famille
<p>J'hésitais beaucoup pour choisir ma spécialité, donc mon CV était un véritable méli-mélo d'activités. Je pense que le conseil cliché qui consiste à faire simplement les choses que l'on veut faire est vrai. Je pense que (dépendant de la spécialité) tous les programmes recherchent un mélange de leadership, de service à la communauté, d'enseignement et de recherche, et un certain degré de personnalité (par exemple, des activités artistiques ou sportives). Il est facile de s'épuiser si, par exemple, vous passez beaucoup de temps à faire de la recherche, alors que vous aimez vraiment le service communautaire. Jouez avec vos forces.</p>	Médecine de famille
<p>Pour les activités parascolaires, impliquez-vous dès le début ! Même si ce n'est que par l'intermédiaire de groupes d'intérêt, le réseautage précoce et la rencontre de personnes qui partagent les mêmes intérêts peuvent vous aider à parler avec des étudiants dans des situations similaires à la vôtre. Ça vous permet également de découvrir les possibilités de recherche, d'interagir avec des médecins de la spécialité choisie ou de rencontrer des résidents qui ont chacun eu un parcours différent pour se retrouver dans cette spécialité. Cela aide un peu aussi avec les applications CaRMs !</p>	Psychiatrie
<p>Les activités parascolaires doivent se concentrer sur des choses qui vous rendent heureux et dont vous pouvez parler avec passion. Aucune de mes activités parascolaires n'était liée à la gynéco-obstétrique, mais elles constituaient souvent un point de discussion où j'ai pu mettre en valeur mes intérêts et ma personnalité. La recherche est commune à tous les candidats! La plupart, sinon tous, ont fait des recherches (pas nécessairement une publication !) mais pas nécessairement spécifique à la gynéco-obstétrique. Explorez la santé des femmes dans différentes spécialités ou domaines.</p>	Gynéco-obstétrique
<p>Faites n'importe quoi qui vous intéresse. Saisissez les opportunités qui vous intéressent et vous rendent heureux. Ne vous stressez pas trop si vous ne pouvez pas faire de recherche dans un domaine particulier de la médecine. Le travail acharné et les personnes avec une bonne attitude sont bien récompensés.</p>	Médecine d'urgence
<p>Mon meilleur conseil en matière de recherche et d'activités parascolaires est vraiment de choisir des activités qui vous plaisent réellement, et non celles qui seront les "meilleures" sur papier.</p> <p>D'une part, vous aurez beaucoup plus de plaisir et vous serez beaucoup plus motivé à vous engager. D'autre part, cela se voit vraiment dans les entrevues lorsque vous pouvez parler avec passion d'une activité que vous avez faite - surtout si vous l'avez faite pendant longtemps parce qu'elle était si importante et significative pour vous.</p>	Pédiatrie

Externat : Conseils pour les stages ? Des perles que vous voudriez partager?

Conseil	Spécialité
<p>Lisez toujours à propos des maladies de vos patients et contribuez à l'équipe en soutenant vos collègues et en guidant les plus juniors. Entendez-vous bien avec tous les membres de l'équipe et ne tentez pas d'éclipser les autres car ceci peut engendrer des impressions négatives de vous.</p>	Médecine interne
<p>Visez à tirer le maximum de chacun de vos stages. Vous n'allez pas adorer chaque moment de chaque spécialité, mais souvent ce stage sera votre seule exposition! Documentez des expériences marquantes afin de vous en souvenir lors des entrevues. Faites du réseautage avec les résidents et les patrons.</p>	Psychiatrie
<p>Tenter de répondre à des questions au meilleur de vos connaissances est mieux que de dire « je ne sais pas », même si vous avez complètement tort. Les attentes sont minimes, il faut simplement arriver à l'heure et avoir de l'enthousiasme. Ça va si vous vous trompez et que vous contaminez des choses dans la salle d'opération. Si quelqu'un est impatient, cela témoigne mal de cet individu et non de vous.</p>	Gynéco-obstétrique

Conseil

Spécialité

Travaillez fort, faites votre travail (et soyez chaleureux à travers)... mais assurez-vous de vous reposer et de relaxer quand l'opportunité se présente. Pendant le stage de la spécialité où vous voulez jumeler, c'est correct de fournir un effort supplémentaire. Mais, quand vous êtes dans un stage qui ne vous intéresse pas (la chirurgie), et on vous dit de rentrer chez vous, ou de vous coucher, ou de manger – allez-y. Si vous avez quelque chose important à finir, finissez rapidement et sortez. Quittez. Ne dites pas « ah non, c'est correct, ça ne me dérange pas de rester. » Prenez le temps d'être humain. Sur ces mots, vous n'êtes pas surhumain et il va y avoir des jours (plusieurs) où vous allez en avoir trop sur votre assiette et où vous vous sentirez dépassé. Il y aura des gens qui seront géniaux, des autres qui seront désagréables et qui vous feront vous sentir mal. Ce n'est pas votre problème, c'est leur problème. Honnêtement, c'est une réflexion d'eux et de leurs problèmes et pas de vous – vous êtes un étudiant, vous êtes là pour apprendre et vous travaillez déjà le maximum possible alors ils ne devraient pas vous en demander plus. Également, c'est correct d'être fatigué et de ne pas avoir des questions intelligentes à poser à une heure du matin lorsque les patrons décident d'enseigner.

Médecine familiale

La réponse brève – travaillez fort, soyez chaleureux, soyez honnête, soyez curieux, dites merci et si vous ne savez pas comment faire quelque chose, vous avez juste à demander.

Psychiatrie

La réponse longue – honnêtement, je crois que si vous approchez chaque stage comme si c'est la dernière fois que vous aurez l'opportunité de faire quelque chose, et que vous êtes curieux et enthousiaste à apprendre, ça en dit long sur vous. Je crois aussi que c'est incroyablement gratifiant de prendre le temps de connaître tout le monde (les réceptionnistes d'unité, les infirmières, les professionnels de la santé alliés, les concierges). J'ai essayé d'en apprendre sur leurs rôles, leurs forces, leurs défis ainsi que des choses que je pourrais faire pour faire une différence dans leur travail. Une autre chose que j'ai trouvée bénéfique pour moi était de simplement être observant et de demander ce que je pouvais faire afin d'aider. Finalement, demandez des rétroactions régulièrement. Je suis d'idée que le fait d'avoir plusieurs conversations informelles par rapport à comment je pouvais m'améliorer lors d'un stage m'a donné de meilleures chances à m'améliorer au maximum. En faisant ceci, vous montrez à votre patron que vous êtes à la tâche, que vous travaillez fort, que vous pouvez prendre une rétroaction et que vous êtes investis dans votre propre apprentissage et développement professionnel. Même si vous faites des erreurs, ci c'est clair que vous êtes continuellement en train de vous améliorer les gens ont plus de patience.

LISEZ SUR VOS PATIENTS. Si vous allez en salle d'opération, tentez de trouver l'horaire à l'avance afin d'avoir la chance de lire au sujet des chirurgies du lendemain. Il est fort probable que vous serez questionné sur vos connaissances, et le fait d'être préparé démontre votre intérêt, ce qui va souvent impressionner les patrons et les résidents. C'est certes plus facile à dire qu'à faire, car pendant l'externat il devient de plus en plus difficile à trouver le temps de faire ceci parmi vos autres responsabilités. N'ayez pas peur de dire « je ne sais pas ». Posez des questions aux moments appropriés – évitez de demander des questions lors des moments particulièrement tendus dans la salle d'opération. Travaillez fort et SOYEZ GENTIL aux autres dans la salle d'opération – ça vaut la peine d'aider les infirmiers ou l'anesthésiologiste, les petits choses sont vraiment importantes ! Clarifiez les attentes du stage (les responsabilités sur l'unité, les notes des chirurgies, les ordonnances postopératoires). Vous pouvez aussi communiquer vos intérêts à votre patron ainsi que vos objectifs d'apprentissage pour votre stage. Discutez avec les résidents afin d'en apprendre davantage au sujet des points positifs et négatifs de leur spécialité, leur raison d'avoir choisi cette spécialité, l'équilibre entre vie professionnelle et vie privée, etc.

Chirurgie plastique et reconstructive

Commencez chaque stage avec un objectif précis. Soyez ouvert aux rétroactions et chaque jour, ayez l'intention d'apprendre quelque chose de nouveau. Soyez engagé – c'est possible que ce soit la première et la dernière fois que vous voyez cette spécialité.

Neurochirurgie

Il faut être conscient de la situation. Dans la salle d'opération vous devez être capable de réagir aux événements sans avoir besoin d'être guidé. Préparez-vous bien par révisant les détails du patient et l'angiographie/l'échocardiographie. Dans les unités, connaissez l'état des patients, ce qui inclut des fièvres durant la nuit, des drainages anormaux des tubes thoraciques, etc. Tentez de résoudre des problèmes éventuels avant qu'ils se précipitent. Ne soyez pas trop pressé ou énervant. Soyez présent – autant que possible, soyez de garde afin d'être là lors des événements intéressants.

Chirurgie cardiaque

Démontrez votre intérêt, même si vous manquez de connaissances spécifiques à la spécialité, faites l'effort puisque ça va loin. Les patrons remarquent lorsque des étudiants paraissent désintéressés. Reconnaissez vos limites et quand dire « non. » Vous ne manquez pas de professionnalisme si vous ne voulez pas rester tard afin d'observer une chirurgie si vous n'avez pas d'intérêt dans la spécialité et si cela ne va pas avancer votre apprentissage. Le patron ne pensera pas moins de vous, souvent ils vous l'offrent tout simplement.

Anesthésie

Conseil	Spécialité
<p>Le chemin est long et laborieux dans le sens que vous avez peu d'influence quant à votre vie et votre horaire. Mais le mieux que vous pouvez faire est d'être gentil, d'être curieux et de toujours offrir votre aide. S'il y a quelque chose que vous ne savez pas, posez des questions et soyez ouvert à l'enseignement. Être réceptif et réactif en face de l'enseignement est valorisé. Soyez conscient de l'atmosphère – quand le patron ou les résidents sont stressés, tentez de trouver des moyens d'être utile (incluant de demander spécifiquement comment vous pouvez aider). Surtout, faites preuve de patience à votre égard. Parfois vous allez trouver que vous ne savez rien, que vous êtes inutile, et ensuite que vous êtes épuisé après vous avoir senti comme ça durant une garde de 26 heures. Soyez rassuré que tout le monde vit cette expérience, que c'est normal et qu'un jour ça s'améliore. Vous êtes à un niveau où vous devriez toujours avoir du soutien ou quelqu'un à qui vous pouvez poser des questions car ce n'est pas attendu que vous savez tout – et c'est correct. Ça fait partie de ce niveau d'apprentissage, tout simplement.</p>	Médecine familiale rurale
<p>Soyez proactif. Lisez au sujet de vos patients. Présentez-vous tôt. Demandez des questions. Gardez toujours avec vous un carnet de perles cliniques. Faites preuve d'une attitude positive et démontrez votre volonté d'apprendre. Documentez à l'écrit les cas qui vous ont fait réfléchir, qui vous ont rendu heureux, triste ou etc. Ceci vous sera utile quand viendra l'heure de composer vos lettres pour le CaRMS et en pour votre préparation aux entrevues.</p>	Médecine d'urgence

Mise en candidature CaRMS : de la lettre de motivation au CV... Qu'aimeriez-vous dire aux quatrièmes entrants ?

Conseil	Spécialité
<p>Commencez de bonne heure. Vous devriez avoir un brouillon de votre CV préparé durant l'été de l'année dans laquelle vous allez postuler au CaRMS. C'est la galère de composer les lettres personnelles et, en plus, elles vont beaucoup évoluer. Assurez-vous de demander à plusieurs personnes de la relire afin d'avoir plusieurs opinions différentes.</p>	Médecine d'urgence
<p>Les lettres de motivation : ÉCRIVEZ, tout simplement. Écrivez quelque chose même si enfin vous n'utiliserez pas tout ce qui est écrit. Vous pouvez relire plus tard. C'est difficile de parler à propos de soi-même et de sélectionner les parties importants. Alors, pour commencer, écrivez comme si vous parlez à un ami. Essayez de réfléchir sur les événements ou choses qui sont importantes pour vous et de les mettre quelque part dans le document. Peu importe si c'est un seul point ou un paragraphe complet. Quand vous commencez, c'est très important de noter toutes les choses qui pourraient être utiles à décrire qui vous êtes. Ensuite, lors de la relecture, quand vous êtes en train de vous assurer que ça se lit bien, c'est important de vérifier que le texte continue à vous décrire. C'est l'une des deux opportunités de présenter qui vous êtes réellement. Bien sûr que c'est une lettre professionnelle, mais vous pouvez tout de même l'écrire comme si vous racontez votre histoire. Donnez-vous du temps. La première prendra le plus de temps. Après cela, vous allez faire beaucoup de copier-coller avec des changements minimes de certaines mots et d'organisation.</p>	Médecine familiale
<p>Les CV : J'ai simplement suivi le modèle qu'on nous a donné lors d'un cours. J'avais déjà commencé un CV pour un stage à option alors la plupart du travail a été déjà fini, mais il fallait raffiner la structure des points décrivant mes accomplissements et d'autres trucs du genre. Donnez-vous suffisamment de temps pour cette tâche. Envoyez-le pour révision et prenez rendez-vous avec les services de carrière pour relire le CV ensemble. Si possible, échangez avec un ami afin qu'il puisse le relire, car ceci aide avec les détails et afin de s'assurer que la lettre se lise bien.</p>	
<p>Écrivez vos lettres de motivation tôt. Même si vous pensez que ça semble terrible et cliché, mettez vos paroles sur papier. Une fois que vous aurez écrit suffisamment, vous allez voir les thèmes, les passions et votre histoire unique va paraître. Demandez à vos amis, à votre famille et à vos mentors pour leurs remarques – ceux qui ont été avec vous le long de ce voyage veulent vous aider et ceci est une bonne opportunité.</p>	Gynéco-obstétrique
<p>Quand les résidents vous offrent de relire votre lettre de motivation, acceptez leur aide! Ils vont vous donner de bonnes remarques et pourront vous rassurer que votre lettre est en ligne avec ce que le programme cherche.</p>	Chirurgie générale
<p>Écrivez du cœur et ensuite demandez plusieurs personnes de vous relire. Et soyez ouvert et réceptif aux critiques. Aussi, lisez le plus possible des lettres des autres (APRÈS avoir complété votre premier brouillon – c'est trop facile de faire du plagiat accidentellement). Ce n'est pas nécessaire de commencer des mois en avance car vous allez obtenir plusieurs nouvelles expériences et perspicaces. J'ai commencé en Octobre, ce qui m'a permis d'apprécier mon été entre 3^{ième}-4^{ième} année et de ne pas travailler sur ma candidature.</p>	Médecine familiale

Conseil	Spécialité
Commencez de bonne heure. Vous devriez avoir un brouillon de votre CV préparé durant l'été de l'année dans laquelle vous allez postuler au CaRMS. C'est la galère de composer les lettres personnelles et, en plus, elles vont beaucoup évoluer. Assurez-vous de demander à plusieurs personnes de la relire afin d'avoir plusieurs opinions différentes.	Médecine d'urgence
Les lettres de motivation : ÉCRIVEZ, tout simplement. Écrivez quelque chose même si enfin vous n'utiliserez pas tout ce qui est écrit. Vous pouvez relire plus tard. C'est difficile de parler à propos de soi-même et de sélectionner les parties importants. Alors, pour commencer, écrivez comme si vous parlez à un ami. Essayez de réfléchir sur les événements ou choses qui sont importantes pour vous et de les mettre quelque part dans le document. Peu importe si c'est un seul point ou un paragraphe complet. Quand vous commencez, c'est très important de noter toutes les choses qui pourraient être utiles à décrire qui vous êtes. Ensuite, lors de la relecture, quand vous êtes en train de vous assurer que ça se lit bien, c'est important de vérifier que le texte continue à vous décrire. C'est l'une des deux opportunités de présenter qui vous êtes réellement. Bien sûr que c'est une lettre professionnelle, mais vous pouvez tout de même l'écrire comme si vous racontez votre histoire. Donnez-vous du temps. La première prendra le plus de temps. Après cela, vous allez faire beaucoup de copier-coller avec des changements minimes de certaines mots et d'organisation.	Médecine familiale
Les CV : J'ai simplement suivi le modèle qu'on nous a donné lors d'un cours. J'avais déjà commencé un CV pour un stage à option alors la plupart du travail a été déjà fini, mais il fallait raffiner la structure des points décrivant mes accomplissements et d'autres trucs du genre. Donnez-vous suffisamment de temps pour cette tâche. Envoyez-le pour révision et prenez rendez-vous avec les services de carrière pour relire le CV ensemble. Si possible, échangez avec un ami afin qu'il puisse le relire, car ceci aide avec les détails et afin de s'assurer que la lettre se lise bien.	
Écrivez vos lettres de motivation tôt. Même si vous pensez que ça semble terrible et cliché, mettez vos paroles sur papier. Une fois que vous aurez écrit suffisamment, vous allez voir les thèmes, les passions et votre histoire unique va paraître. Demandez à vos amis, à votre famille et à vos mentors pour leurs remarques – ceux qui ont été avec vous le long de ce voyage veulent vous aider et ceci est une bonne opportunité.	Gynéco-obstétrique
Quand les résidents vous offrent de relire votre lettre de motivation, acceptez leur aide! Ils vont vous donner de bonnes remarques et pourront vous rassurer que votre lettre est en ligne avec ce que le programme cherche.	Chirurgie générale
Écrivez du cœur et ensuite demandez plusieurs personnes de vous relire. Et soyez ouvert et réceptif aux critiques. Aussi, lisez le plus possible des lettres des autres (APRÈS avoir complété votre premier brouillon – c'est trop facile de faire du plagiat accidentellement). Ce n'est pas nécessaire de commencer des mois en avance car vous allez obtenir plusieurs nouvelles expériences et perspicaces. J'ai commencé en Octobre, ce qui m'a permis d'apprécier mon été entre 3 ^{ème} -4 ^{ème} année et de ne pas travailler sur ma candidature.	Médecine familiale

Interviews : Comment avez-vous préparé vos entretiens ? Qu'est-ce qui a marché et qu'est-ce qui n'a pas marché ?

Conseil	Spécialité
J'ai pratiqué avec des amis, bénéficié du soutien de l'université, me suis préparé aux questions courantes, et demandé de l'aide aux anciens Med 4.	Médecine de famille
Commencez à vous entraîner tôt. Avant même que les entretiens ne soient envoyés. J'ai trouvé une liste de questions courantes et puis j'ai repensé à des expériences personnelles qui permettaient d'y répondre. Quelques exemples de "parlez-nous d'un temps où il a fallu que..." à l'avance peut réduire considérablement le stress. Je me suis entraîné à répondre avec des camarades de classe. J'avais un format plutôt qu'un scénario mémorisé. Les conseillers pédagogiques peuvent aussi beaucoup aider. L'essentiel est d'être vraiment soi-même. Je n'y croyais pas quand j'ai commencé, mais cela me semblait plus naturel et moins stressant lorsque j'ai cessé d'essayer d'être le "meilleur candidat" et que j'ai commencé à être moi-même.	Psychiatrie
Commencez pendant votre externat. Préparez un journal ou ayez quelque chose pour noter les moments et les expériences particulières qui méritent d'être évoqués. Et puis... Pratiquez, pratiquez, pratiquez.	Pédiatrie
Faites un brainstorming sur 5 à 10 scénarios cliniques et personnels que vous pouvez relier à de nombreuses qualités et forces différentes, afin d'être prêt à les utiliser comme exemples pour différentes questions.	Médecine de famille

Counsel	Spécialité
L'attente des invitations à l'entretien a été la pire partie de tout le processus. C'est une montagne russe de stress et il est difficile de ne pas ancrer sa confiance dans les résultats. La répartition des entretiens ne reflète pas votre valeur ou votre compétence, les gens s'en sortent bien avec 2 ou 12 entretiens. Pratiquez, pratiquez, pratiquez. Ayez des réponses réfléchies aux questions de base (parlez-moi de vous, pourquoi cette spécialité, pourquoi ce programme) et pratiquez les questions imprévisibles avec vos amis, c'est vraiment difficile de vous mettre en avant mais vous vous sentirez plus confiant avec la pratique.	Obstétrique et gynécologie
J'ai fait une liste des rôles CanMEDS et j'ai noté 2 ou 3 cas où j'ai démontré ces rôles et 2 ou 3 cas où j'ai échoué. Je me suis beaucoup entraîné avec des amis et j'ai eu leurs réactions. En fin de compte, restez vous-même.	Médecine interne
J'ai passé en revue de nombreuses questions à voix haute, par moi-même et avec les parents, les autres étudiants, les amis, les résidents, etc. Connaître tous les principaux essais de chirurgie cardiaque, y compris les principaux résultats (par exemple, TRICS, série d'essais PARTNER, etc.).	Chirurgie cardiaque
Entraînez-vous comme si vous saviez que vous allez vous effacer complètement pendant votre entretien ! Certaines personnes conseillent simplement "d'être soi-même", mais il est difficile d'être soi-même lorsque l'on est en plein décalage horaire/épuisé et que l'on passe l'entretien d'embauche de sa vie. Je me suis entraîné à faire des entretiens complets (30 minutes de questions d'affilée) avec des amis/partenaires tout en gardant des réponses <2 minutes au moins une fois par jour après que les dates de mes entretiens ont été établis. Recherchez des détails sur chaque programme afin d'avoir quelque chose à dire sur chacun d'entre eux qui soit unique. Avoir au moins 5 à 10 questions à poser pour chaque programme (j'ai souvent eu l'occasion de poser des questions à chaque station et je ne voulais pas répéter les questions).	Ophtalmologie
Beaucoup de temps pour l'auto-réflexion. Notez les cas intéressants que vous avez vus et dont vous pouvez vous inspirer, ils sont difficiles à trouver au moment-même si vous n'y avez pas réfléchi à l'avance.	Médecine d'urgence
Lisez beaucoup sur les aspects importants de l'anesthésiologie, les nouvelles avancées, les débats éthiques dans ce domaine. Passez beaucoup de temps à réfléchir intérieurement sur les raisons pour lesquelles vous vous reconnaissez dans cette discipline.	Anesthésiologie
Pratiquez les réponses en groupe, idéalement en présence d'un précepteur/médecin pour recevoir également de la rétroaction. Essayez d'avoir une session 1:1 avec un mentor/précepteur que vous admirez et qui a l'expérience des entretiens avec les gens, et passez en revue les questions avec eux. Mieux ils vous connaissent, mieux c'est - ce qui n'est probablement pas aussi utile si vous n'avez pas une relation solide avec le précepteur.	Psychiatrie
Pratiquez ! Pratiquez avec vos amis, avec des médecins mentors si vous le pouvez, avec des collègues étudiants intéressés par la même discipline. Passez en revue toutes les questions classiques, ne serait-ce que pour commencer à réfléchir à votre réponse. Surprenez-vous les uns les autres avec les questions bizarres - pour vous entraîner à réfléchir rapidement. Donnez-vous une limite de temps. Mais n'en faites pas trop, si vous pouvez vous en empêcher - vous ne voulez pas que vos réponses soient trop répétées et perdent leur authenticité.	Pédiatrie
Connaissez votre CV sur le bout des doigts. Connaître à fond les documents de recherche. En ce qui concerne la pratique, faites ce qui vous convient. J'aime me donner du temps pour répondre aux questions courantes (par exemple, pourquoi cette spécialité) afin d'avoir une estimation approximative de la durée de la conversation. Allez aux séances d'entraînement des CMA !	Chirurgie plastique
Entraînez-vous avec vos amis et votre famille ! Plus vous vous entraînez à voix haute, mieux c'est ! Préparez les réponses aux questions typiques (parlez-moi de vous, du moment du conflit, etc.) Elles ne seront pas toutes posées à chaque entretien, mais il est très utile d'avoir des réponses aux questions courantes.	Obstétrique et gynécologie

Choix stages à options: Qu'est-ce qui a fonctionné pour vous en termes de choix de stages à options?

Counsel	Spécialité
Il est normal de changer d'avis si vous trouvez quelque chose plus tard dans le cadre d'un stage. J'ai fini par changer de nombreuses options quelques mois avant de commencer et, bien que ma stratégie ait fini par s'effondrer en raison du changement de domaines d'intérêt, j'ai quand même réussi à être là où je voulais être.	Anesthésiologie
J'ai postulé pour une sous-spécialité chirurgicale, donc mon conseil peut être plus pertinent pour ceux qui s'intéressent aux sous-spécialités. Tout d'abord, vous devez vous connaître. Vous devez savoir à quel point vous voulez cette spécialité, si vous êtes prêt à vous engager à fond, et quelles seront les conséquences si vous n'êtes pas jumelé à cette spécialité (êtes-vous à l'aise avec l'idée de ne pas être jumelé). J'ai fait le tout à 100 %, mais si je devais le faire maintenant avec la restructuration des cours facultatifs (4 maximum par spécialité), j'envisagerais plus sérieusement un plan parallèle similaire que j'apprécierais et j'aurais l'air fort pour les deux (les options sont bonnes).	Chirurgie plastique

Conseil	Spécialité
J'ai choisi une combinaison de stages à options en médecine familiale et en médecine d'urgence - pour les lettres de référence et parce que c'étaient les deux domaines que j'appréciais. J'ai également suivi deux stages à options en médecine interne pour affiner mes compétences dans des domaines que je pensais utiles : les soins intensifs pour les procédures et la médecine des addictions. Si vous faites des stages à options en médecine d'urgence, il est TRÈS utile d'envoyer un courriel au coordonnateur à l'avance et de demander à être jumelé avec le même médecin plusieurs fois pour les lettres de référence. En général, vous vous retrouvez avec un titulaire différent chaque jour, ce qui rend la tâche difficile.	Médecine de famille
10 semaines de chirurgie cardiaque réalisées avec une diversité géographique. 2 semaines de chirurgie générale. J'ai également fait des stages de pré-externat en soins intensifs et en radiologie, ce qui m'a beaucoup aidé.	Chirurgie cardiaque
J'ai choisi un bon éventail de stages à option, allant de la médecine sportive à la médecine familiale en milieu urbain, en passant par la douleur chronique, la psychiatrie et la pédopsychiatrie. J'ai postulé à la fois pour la médecine familiale et la psychiatrie et je voulais acquérir une bonne diversité d'expériences dans mes options, mais toutes en rapport avec les spécialités de mon choix. Cela devait me permettre d'acquérir des expériences variées, mais pertinentes, avec des compétences et des points d'apprentissage transférables, mais aussi de fournir un contexte dans lequel je pourrais expliquer mon parcours d'externat lors d'un entretien.	Psychiatrie
Choisissez des stages à option dans des lieux où vous pensez vouloir poursuivre votre formation. Ne choisissez pas parce que cela "signifie quelque chose pour le comité" - la plupart des gens ne remarquent rien d'autre que "vous avez fait un stage ici / vous n'avez pas fait de stage ici".	Ophtalmologie
Ayant fait toute ma scolarité dans la province où je suis né, j'ai choisi un large éventail de stages à option dans ma spécialité de prédilection dans tout le Canada. Bien que certains de mes stages aient été généraux/en unité d'enseignement clinique, j'ai également exploré certains stages qui m'ont obligé à affronter des aspects difficiles de la spécialité, soit émotionnellement ou autrement (par exemple, soins intensifs, réfugiés/social, oncologie, etc.) Cela a contribué à confirmer mon intérêt pour la spécialité et m'a permis d'acquérir une vaste expérience.	Pédiatrie
J'ai choisi des stages à option dans la discipline de mon choix et des disciplines complémentaires. Pour ce qui est des lieux, j'ai beaucoup voyagé pour les stages à option et j'ai donné la priorité aux écoles qui m'intéressaient légitimement. De cette façon, j'ai pu me faire une idée du département, de l'école et de la ville. Cela a changé la façon dont j'ai classé à la fin.	Pathologie anatomique

Lettre de référence : Comment avez-vous choisi vos lettres ou demandé des lettres ?

Conseil	Spécialité
Si les précepteurs proposent d'écrire une lettre forte, ils sont généralement garantis d'être forts et j'accepterais même si vous ne prévoyez pas de l'utiliser au cas où vous auriez des difficultés de dernière minute. Vérifiez toujours et demandez si elle sera solide, même si cela peut être gênant. Utilisez vos lettres les plus fortes même si elles ne proviennent pas de l'école à laquelle vous postulez. J'ai utilisé deux lettres de l'école d'origine et une lettre hors-province et j'ai reçu des entretiens sans problème car elles étaient toutes très fortes.	Médecine interne
J'ai choisi de commencer par leur demander un retour d'information et, en cas de réponse positive, je leur ai demandé s'ils seraient à l'aise de me fournir une lettre de référence solide. Je les ai jointes aux candidatures en fonction de l'origine des références, de la spécialité et des personnes ayant des racines dans tel ou tel domaine. J'ai demandé plus que ce dont j'avais besoin et j'ai mélangé et assorti les lettres pour en optimiser les effets en fonction de ce que je pensais qu'elles pouvaient contenir.	Chirurgie générale
Certains précepteurs ont proposé - quand cela arrive, c'est génial ! Je choisis mes références en fonction de la personne que je connais depuis le plus longtemps et avec laquelle je pense avoir une bonne relation. La recommandation de la faculté de l'Université de Montréal est bonne. Choisissez vos références dans l'ordre suivant : 1) une personne bien connue dans votre spécialité d'intérêt qui vous aime, 2) une personne moins connue dans votre spécialité d'intérêt qui vous aime, et 3) une personne qui ne vous aime pas dans votre spécialité d'intérêt. Consultez les descriptions des programmes CaRMS des années précédentes (https://www.carms.ca/match/r-1-main-residency-match/program-descriptions/) et voyez ce que les programmes qui vous intéressent veulent en termes de références (certains programmes mettent moins l'accent sur les références devant provenir de leur spécialité). Certains programmes indiquent également un maximum de 3 à 5. Si vous avez 5 bonnes lettres, c'est parfait ! Si vous n'avez que 3 bonnes lettres, n'en donnez que 3. Soyez fort tout au long du processus. Une lettre faible/moyenne peut être fatale.	Chirurgie plastique

Conseil

Spécialité

En résumé, j'ai misé dès le départ sur des lettres fortes pour les stages à options, mais j'en ai demandé quelques-unes pendant mon stage, au cas où.

Médecine de famille

Je sais que beaucoup de gens essaient d'encourager l'obtention de lettres dès le début du stage, mais je n'ai certainement pas réussi et tout s'est bien passé. Si vous le pouvez, c'est très bien, mais ne stressez pas trop, essayez simplement de survivre au stage. J'ai demandé à mon précepteur familial (ma 6e rotation) parce que nous avons passé 5 semaines ensemble en tête-à-tête et nous nous sommes bien entendus. J'ai aussi demandé à mon précepteur de chirurgie sélective (ma 7e rotation) parce que nous nous sommes aussi très bien entendus et avons passé beaucoup de temps ensemble. Sur les deux que j'ai demandées dans mes rotations principales, j'ai fini par utiliser celle de la chirurgie parce que je pensais qu'elle serait écrite plus fortement en fonction de la personnalité et de nos interactions pendant ma rotation.

Sinon, c'est lors des stages optionnels en famille que j'ai eu confiance pour demander des lettres et les utiliser parce que j'ai passé deux semaines en tête-à-tête avec ces précepteurs, j'ai pu être vraiment engagé avec eux, poser des questions, avoir de bonnes conversations et ne pas avoir l'impression qu'il y avait un énorme fossé hiérarchique (ayant aussi maintenant un an d'expérience de stage et me sentant légèrement plus compétent).... peut-être que j'ai eu de la chance mais je connais un bon nombre d'amis qui ont dit la même chose et c'est de là que la plupart de nos lettres ont fini par venir. C'est aussi comme s'ils savaient que vous êtes en 4ème année et ce qui est en jeu et ce que vous recherchez. Ils s'attendent donc à recevoir la question à la fin.

J'ai trouvé que c'était la partie la plus difficile de la quatrième année, mais j'ai appris des choses précieuses en cours de route. Les lettres que je trouvais les mieux écrites provenaient de mes rotations de quatre semaines, surtout quand on a la capacité de travailler avec quelqu'un de façon longitudinale. Il peut être difficile de prévoir ce qui va se passer au cours d'une rotation, et le plus souvent, cela ne se passe pas comme on le voudrait. J'ai appris qu'il ne faut pas se contenter d'accepter sa malchance, mais qu'il ne faut pas avoir peur de demander de l'aide aux résidents quand on est sur place. Demandez qui écrit de bonnes lettres ou à qui ils recommandent d'en demander une - cela peut vous aider à choisir un rédacteur de lettres approprié et souvent les résidents sauront ce que le personnel pense de vous. Demandez s'il est possible de passer un peu de temps avec le Dr. _____ ou de suivre un de leurs patients. Les résidents sont tellement accommodants et j'aurais aimé leur demander leur aide lors de mes premières rotations.

Chirurgie générale

Pendant les rotations de deux semaines, j'ai senti que cette approche fonctionnait bien : Dire à l'auteur de la lettre de référence que vous allez lui demander une lettre vers le début/le milieu de la rotation. Idéalement, cela devrait se faire après avoir fait quelques cas avec eux. Je dirais qu'il s'agit de demander un retour d'information dès le début, puis de leur faire savoir que j'aimerais leur demander une lettre de référence à la fin de la rotation. Cela permet à l'auteur de prêter plus facilement attention à ce que vous faites et vous évite de courir après lui le dernier jour de votre rotation s'il n'y a pas de séance de feedback formelle à la fin.

Choisissez des personnes qui VOUS connaissent et qui vont vous écrire des lettres phénoménales. Il ne sert à rien de recevoir une lettre médiocre - cela n'aide ni ne nuit à votre candidature - un peu comme si vous n'ajoutiez rien. Lorsque vous posez votre candidature, assurez-vous de savoir combien de temps vous allez avoir/avoir avec l'arbitre. Si le temps est court, il est parfois nécessaire de dire à un précepteur potentiel que vous recherchez une lettre afin qu'il puisse accorder plus d'attention à votre performance. Sinon, dans l'idéal, vous l'aurez déjà impressionné et vous devrez alors lui demander votre lettre. Dans la mesure du possible, je le ferais toujours en personne et je vous enverrais ensuite un courrier électronique comportant votre CV à jour, une photo, la date limite de soumission de la lettre et un résumé écrit des cas que vous avez vus ensemble ou des consultations que vous avez faites.

Ophthalmologie

J'ai demandé à chaque stage ou j'ai travaillé pendant plus de trois jours avec un précepteur, sauf mon premier stage, car j'avais l'impression que j'étais trop novice pour faire un stage et qu'ils n'avaient rien de spécial à dire. Vous aurez une idée de la force de la lettre d'après leur réponse, c'est-à-dire s'ils hésitent à le faire, c'est probablement un mauvais signe. Mais si quelqu'un vous propose de vous écrire une lettre ou semble enthousiaste, c'est un bon signe.

Anesthésiologie

En général, aux stages à options de 4e année, les gens s'attendent à ce qu'on leur demande des lettres. Je demanderais un retour d'information au milieu ou à la fin du stage et je demanderais ensuite une lettre si le retour d'information est positif ou prometteur. Les lettres conjointes (c'est-à-dire la contribution de plusieurs personnes à une lettre rédigée par une seule personne) sont également une bonne idée pour les cours facultatifs où vous avez eu plusieurs précepteurs. De plus, il est bon de consulter le site web de CaRMS pour avoir une idée du nombre de lettres que vous devrez acquérir pour les différentes spécialités.

Pédiatrie

J'ai demandé des lettres à beaucoup de gens, et à chaque rotation de base et électif. Il n'y a jamais trop de lettres !

Radiologie diagnostique

Les personnes qui m'ont le plus défié et dont j'ai le plus appris !

Santé publique et
Médecine préventive
(y compris médecine de
famille)

CaRMS : Des conseils de voyage qui ont bien fonctionné pour vous ?

Conseil	Spécialité
Calculez si l'utilisation ou la location d'une voiture serait moins chère qu'un Uber. Personnellement, j'ai payé plus cher pour ne pas rester dans des chambres partagées parce que je voulais avoir mon propre espace pour me calmer les nerfs.	Psychiatrie
La commodité est plus importante que l'argent pendant le CaRMS. Prenez les vols dont vous avez besoin et n'hésitez pas à louer des voitures (je pense que dans la plupart des endroits, c'était moins cher que de prendre un Uber à l'aéroport).	Médecine interne
Planifiez votre voyage avant de dire oui à quoi que ce soit, sinon vous risquez de faire des allers-retours inutiles. Examinez sérieusement les dates d'entretien proposées par les différents établissements et programmes, car il y a souvent des conflits. J'y suis allé avec un plan de match des dates que je voulais (si plusieurs dates d'entretien sont proposées) et j'ai fait de mon mieux pour les obtenir. Planifiez avec certitude celles qui sont les plus importantes pour vous, car vous voudrez être aussi frais que possible pour ces dates.	Pathologie anatomique

Quels étaient les défis que vous n'attendiez pas (ou que vous attendiez) de CaRMS ?

Conseil	Spécialité
J'ai eu beaucoup de moments où je me suis demandé si tout cela en valait la peine et si j'avais fait le bon choix en étant dans la médecine. C'était une expérience inattendue. Des choses qui étaient des décisions solides sont soudainement devenues difficiles. Mon conseil est que si cela se produit, il faut faire une pause dans les affaires de CaRMS pendant un certain temps. Et revenez simplement à votre objectif et à la raison pour laquelle vous voulez devenir médecin. C'est une période stressante, mais vous la traverserez et les choses s'arrangeront. Même s'ils ne sont pas ce à quoi vous vous attendiez.	Psychiatrie
Pour être parfaitement honnête - la fatigue. J'ai fait une tournée dans tout le pays et j'ai passé la majorité de mes stages en dehors de Winnipeg. Si vous voyagez à travers le pays, que vous vivez de votre valise, que vous n'êtes pas en mesure de préparer un ou plusieurs de vos propres repas, que vous essayez de faire de l'exercice (et que vous échouez) et que vous devez trouver un moyen de transport - c'est vraiment fatigant. Cela en vaut la peine, évidemment. Mais j'ai été surpris de voir à quel point c'était épuisant. Sachez que ce sera difficile et gardez le moral parce que vous pouvez le faire ! :D	Chirurgie plastique
C'est beaucoup plus épuisant émotionnellement et mentalement que ce à quoi je m'attendais.	Médecine de famille
La tournée du CaRMS se déroule en plein milieu de la saison du froid et de la grippe. Vous serez fatigué, un peu épuisé, vous ne mangerez probablement pas bien et ne ferez pas d'exercice, et vous serez exposé à un tas de virus lors de votre tournée dans le pays. Beaucoup d'entre nous sont tombés malades en cours de route. Prenez soin de vous, lavez-vous les mains, essayez de rester en bonne santé.	Médecine de famille
Les défis associés au jumelage de couple, et une quête au plus profond de soi. Sachez également que quel que soit le résultat, personne n'est complètement heureux. C'est un processus étrange et effrayant qui accompagne le changement, quoi qu'il arrive. Il est donc normal d'être émotif ou d'avoir des sentiments partout, même après le jour du match. Bonne chance !	Médecine interne
C'est un tourbillon et un marathon en même temps. Vous perdez parfois de vue les jours et le nombre d'entretiens que vous avez réalisés et tout s'embrouille. Il est difficile de rester concentré et dans l'instant, et parfois vous aurez besoin d'un moment pour vous rattraper et vous ramener dans cet entretien, vous rappeler "pourquoi _____ ?" et effacer toutes les autres écoles et programmes et les distractions.	Psychiatrie
Le processus CaRMS est extrêmement épuisant sur le plan émotionnel. Les semaines d'entretiens peuvent être épuisantes, car il faut passer de l'entretien à la vie sociale, puis à l'entretien avec les vols et les trajets en train entre les deux. Trouverez quelque chose qui vous aidera à garder les pieds sur terre et à vous sentir bien mentalement pendant le voyage. J'ai évité de discuter des entretiens avant/après avec d'autres candidats et amis, car c'était tellement épuisant. J'ai essayé de faire du tourisme dans les villes quand j'en avais l'occasion/le temps pour m'éloigner du cirque qu'est le CaRMS. C'est un marathon et il est normal de se sentir complètement épuisé à la fin ou de se sentir robotisé vers les derniers entretiens.	Obstétrique et gynécologie
Je pense que je ne m'attendais pas à ce que le processus soit aussi subjectif pour l'école et le candidat. Une grande partie de la décision est une question de sentiment - comment vous vous sentez par rapport à votre place dans le programme, comment vous vous sentez par rapport à votre stage à options, comment vous vous sentez par rapport à votre formation de résident et comment le programme/les résidents/le personnel se sentent par rapport à vous pendant qu'ils apprennent à vous connaître. C'est un défi parce que ce sont des choses qui ne peuvent pas être planifiées ou préparées, elles sont simplement comme elles sont ! N'ayez pas peur de faire confiance à ce que vous ressentez tant que c'est soutenu et non impulsif !	Ophthalmologie

Conseil	Spécialité
Je ne m'attendais pas à ce que j'apprenne réellement à me connaître en tant que personne, et pas seulement en tant que professionnel. J'ai commencé à me faire une idée très précise de moi-même, car j'étais obligé de dire à tous ceux que je rencontrais qui j'étais et ce qui m'importait. Il est beaucoup plus facile d'être vrai, et de ne pas se contenter de dire ce que vous pensez que les intervieweurs veulent entendre. Je connais ce cliché, mais je crois vraiment qu'en étant vous-même, vous avez beaucoup plus de chances de vous retrouver là où vous serez heureux et avec un groupe de personnes qui apprécient et se soucient de vous, et pas seulement du "masque professionnel" que vous présentez dans les interviews.	Médecine interne
Le processus a un impact émotionnel, il faut avoir des amis proches ou de la famille pour en parler. J'étais indécis entre 2 disciplines et j'ai été surpris qu'il faille attendre jusqu'à la dernière minute avant de soumettre des classements pour le savoir.	Médecine de famille
Soyez dans l'instant, profitez de la balade. Vous serez super fatigué, surtout si vous faites la tournée EM. Dormez quand vous le pouvez. Certains candidats, conscients ou inconscients, essaieront inévitablement de vous faire sentir mal ou inférieur. Ayez confiance dans le système et sachez être fier de ce que vous avez accompli. Obtenir un entretien est un énorme accomplissement et vous devriez en être fier !	Médecine d'urgence
J'ai trouvé les entretiens avec les directeurs de programme étranges - essayez de les répéter à l'avance pour avoir une idée des principales choses que vous voulez transmettre sur vous-même, mais ils allaient de questions informelles à des questions personnelles plus directes (tirées directement de ma lettre personnelle et de mon CV) que ce à quoi je m'attendais.	Psychiatrie
J'ai été surpris de constater à quel point le processus était épuisant. Mon emploi du temps n'était pas déraisonnable et, faute de permanences et de voir des patients, j'avais l'intention de m'attaquer à un tas de projets parallèles pendant mes déplacements et mes entretiens - ce qui ne s'est pas vraiment produit. L'ensemble du processus est assez épuisant et je pense que vous devriez vraiment prévoir de vous concentrer sur vos entretiens et de trouver des occasions de bien-être et de repos entre les deux.	Pédiatrie

Après le jumelage de CaRMS: Quelles étaient vos priorités? Que devrait un(e) étudiant(e) considérer pour la liste de classement?

Conseil	Spécialité
Ma famille, le programme avec lequel je me suis vraiment connecté sur les choix et les entretiens, la météo, la facilité de voyage à partir de ce lieu, des objectifs de carrière et des opportunités de formation, en créant de manière réaliste une liste basée sur mes préférences (pas ce que je prédis que les autres me classeront) et m'assurer que je pourrais y vivre pendant plus de 5 ans. Classez comme vous le souhaitez, pas comme vous pensez que les autres vous classeront.	Chirurgie générale
Considérez votre appartenance dans ce domaine. Pouvez-vous vous voir vivre et travailler avec le personnel et les résidents. Je voulais rester dans mon ville natale, je l'ai donc classée en premier. Mais seulement parce que j'aimais aussi le programme là-bas. J'ai été surpris de combien J'ai aussi adoré les villes et les programmes ailleurs. Gardez donc une option à l'esprit si vous êtes flexible.	Psychiatrie
Considérez votre vie entière. Nous nous emportons avec la correspondance avec la chose la plus impressionnante et la réflexion ce que tout le monde pensera. Cela n'a pas d'importance. Qu'aimez-vous / aimez-vous? Qui êtes-vous personnellement - quel genre de l'équilibre avez-vous besoin, de quoi avez-vous besoin pour prendre du temps pour être bien? Ce qui est important pour vous - avez-vous besoin d'être proche de votre famille / amis?	Médecine d'urgence
Toutes les écoles sont bonnes, tous les programmes ont des forces et des faiblesses, et en tant que résidents, nous pouvons personnaliser les expériences et trouvez des opportunités dans n'importe quel programme. Votre liste de classement doit refléter ce qui est le plus important pour vous - est-ce la proximité de la famille, est-ce le temps requis avant la pratique indépendante, est-ce que c'est vivre / travailler environnement? Quoi que vous choisissiez, vous deviendrez médecin - assurez-vous que vous êtes prêt à vous amuser, que vous soyez soutenus, et apprenez / grandissez pendant votre résidence.	Médecine familiale
Chaque personne a des priorités différentes: proximité à votre conjoint/famille/amis, les forces d'un programme, l'endroit. Pensez à ce qui est important pour vous et classez selon vos priorités. Si vous avez un plan parallèle, vous pouvez considérer classer par endroit.	Médecine interne
L'emplacement comptait en fait un peu pour moi. Cela dit, mon classement a été considérablement influencé au cours de ma tournée. Pour la médecine familiale, il y a le fardeau supplémentaire de classer les sites individuels. J'ai profité de toutes les présentations le jour de l'entretien pour en savoir plus sur chaque site individuel. Cela a été très utile!	Médecine familiale

Conseil	Spécialité
<p>À 100%, vous devez toujours vous classer en fonction de vos préférences quant au programme auquel vous souhaitez vous entraîner. Je fortement croyez que vous devriez classer «en toute sécurité» et classer TOUS les programmes dans lesquels vous seriez prêt à vous entraîner. Ça signifie décider "je préfère aller sans égal ou m'entraîner ici". Ce n'est pas le moment d'être cavalier. J'ai classé les programmes où je n'ai même pas eu d'interview pour être en sécurité. Je n'ai pas classé TOUS les programmes auxquels j'ai postulé parce que il y avait des programmes où je préférerais rester inégalé plutôt que d'y aller. J'ai fini par correspondre à mon premier choix mais je l'aurais quand même classé en toute sécurité si je devais le refaire. Au moment de choisir entre les programmes - regardez sur le site Web de CaRMS pour connaître les critères que les étudiants précédents utilisaient pour prendre leurs décisions. Les facteurs communs sont: l'emplacement physique, les facteurs personnels (famille, conjoint, etc.), les facteurs de carrière (bourse / recherche / ville vs rural), et une impression de votre intégration dans le programme.</p>	Ophthalmologie
<p>Que vous aimiez ou non les personnes de votre programme (co-résidents, directeurs de programme, administrateurs, etc.). Si vous vous entendez bien avec les gens, cela fait une grande différence. Pensez à savoir si le programme facilitera vos objectifs d'apprentissage / de carrière à long terme. Et considérez toujours si l'emplacement / le programme soutiendra votre bien-être - vous devez être bien pour apprendre et être le meilleur de vous-même. Alors peut-être que cela signifie rester près de la famille ou de vos copains.</p>	Médecine familiale en région
<p>Mes priorités pour ma liste de classement étaient d'équilibrer les objectifs professionnels et personnels. J'ai réfléchi à ce que je ressentais le plus confortable, où j'obtiendrais une bonne éducation, mais aussi où je ne serais pas isolé socialement. je voudrais recommandez de faire une liste de vos priorités, consultez également vos proches à ce sujet - ce choix les impacte! Ensuite, commandez les programmes par lesquels on vous donne la plupart des choses que vous recherchez.</p>	Anatomo-pathologie
<p>À quoi ressemblera ma vie en tant que membre du personnel dans ce domaine immédiatement après la résidence, 10 ans dans, 30 ans et plus - être toujours plein? Aurai-je du temps pour d'autres choses qui comptent pour moi? Est-ce un domaine en pleine croissance? Est l'emplacement quelque part où (si) la personne qui peut déménager avec vous aura aussi des choses à faire?</p>	Psychiatrie
<p>Allez avec votre instinct! Cela semble cliché, mais vous aurez une idée du programme qui vous convient le mieux. Chacun a des priorités différentes. Une bonne chose que mon ami a fait et m'a encouragé à faire est de demander «si j'ai vérifié mon adresse courriel le jour du match et que j'étais jumelé à x serais-je excité, soulagé, effrayé ou déçu? » Ne classez pas les endroits où vous seriez déçu! Je sais que votre première pensée est que les mendiants ne peuvent pas choisir, mais honnêtement, ne placez-vous pas dans un endroit où vous ne voulez pas être.</p>	Pédiatrie

Jumelage en couple: Qu'avez-vous discuté avec votre conjoint(e) vis-à-vis à la liste de classement? Avez-vous des conseils pour les étudiant(e)s en quatrième année?

Conseil	Spécialité
<p>Pensez à chacune de vos priorités et si c'est important pour vous de rester ensemble ou si vous êtes d'accord avec une relation à longue distance. La résidence peut être longue et si vous avez quelqu'un que vous connaissez, il/elle peut vous soutenir.</p>	Médecine interne
<p>Soyez ouvert(e)s et honnêtes avec votre conjoint(e) (la communication est clé), et en fonction du nombre de programmes auquel vous avez fait une demande, prenez une journée pour créer votre liste de classement préliminaire. Il y a des applications et feuilles Excel qui peuvent générer toutes les combinaisons pour vous, puis prenez du temps pour discuter votre liste. C'était utile pour nous de choisir une combinaison à tour de rôle et de séparer nos options en: premier rang, deuxième rang, rang final.</p>	Médecine interne
<p>Utilisez une feuille Excel pour comprendre toutes les combinaisons possibles, puis transférez les à une sheet Google pour arranger les options. Ça va vous prendre l'ÉTERNITÉ pour tout entrer sur CaRMS, donc donnez vous amplement du temps (ça nous a pris jusqu'à 3h du matin la nuit avant la date d'échéance).</p>	Chirurgie générale
<p>Mon conjoint et moi avons fait une demande à la même spécialité compétitive (malheureusement) et nous avons décidé de ne pas jumeler en couple puisque ça n'avait pas de sense pour nous, et même si nous serons séparés, nous avons jumelé à notre spécialité et à la fin de la journée, ceci est le reste de ta vie et vous devez prendre des décisions difficiles mais vous devez pouvoir vivre avec ces décisions. Nous avions nos spécialités de deuxième choix mais honnêtement, nous préférierions être dans la spécialité que nous voulions au lieu d'être ensemble mais ne pas être capable de faire ce que nous voulions.</p>	Anesthésiologie
<p>Discutez de vos buts à long terme. Maintenant n'est pas le temps de retenir vos buts en étant un couple.</p>	Médecine interne
<p>On avait des intérêts similaires et on savait qu'on voulait aller à la même école. Essayez de faire des stages ensemble aux écoles ou vous voulez avoir des entrevues. Ne soyez pas découragés si vous n'avez pas des entrevues ensemble pour certaines écoles, vous allez en avoir pour d'autres écoles. La liste de classement est très longue pour un couple, donnez vous amplement de temps.</p>	Anesthésiologie

Pour la liste complète de conseils des DCMs des années précédentes, veuillez visiter ce [lien](#).

3.4 Équilibrer vos Priorités Pour Votre Liste de Classement

À partir du cycle de jumelage CaRMS 2021, les entrevues seront réalisées virtuellement par vidéoconférence. Assurez-vous que votre équipement fonctionne et que le logiciel ou l'application nécessaire est installé sur un autre appareil (par exemple, un téléphone portable) en cas de problèmes techniques avec votre ordinateur. Essayez de rester à la maison où vous disposez d'un espace calme avec une connexion Internet fiable, assurez-vous que l'espace autour de vous est bien rangé et habillez-vous de manière professionnelle.

Chaque étudiant en médecine est un individu unique. Ainsi, chacune de vos listes de classement reflétera probablement vos qualités, expériences et valeurs uniques. Il existe de nombreuses façons différentes pour un étudiant d'organiser ses choix de résidence ou d'organiser ses listes de classement. Nous en discuterons ici. Ces exemples ont été simplifiés par souci de clarté. Par exemple, dans le processus CaRMS, une personne peut classer son campus de préférence, si l'option est disponible pour un collègue en particulier, mais les exemples suivants n'incluent pas ce niveau de détail. Tous les exemples suivants sont fictifs.

Une personne peut choisir sa liste de classement en fonction uniquement des spécialités auxquelles elle souhaite s'inscrire. Cela signifierait qu'elle appliquerait à tous les endroits pour son premier choix spécialité avant son deuxième spécialité. Par exemple, une personne peut être très passionnée par la médecine interne, avec un intérêt secondaire en microbiologie médicale. Alors, elle crée la liste de classement suivante:

1. Médecine interne – University of British Columbia
2. Médecine interne – University of Calgary
3. Médecine interne – University of Alberta
4. Médecine interne – University of Manitoba
5. Médecine interne – University of Toronto
6. Médecine interne – McMaster University
7. Médecine interne – University of Ottawa
8. Médecine interne – Dalhousie University
9. Médecine interne – Memorial University of Newfoundland
10. Microbiologie médicale – University of British Columbia
11. Microbiologie médicale – University of Calgary
12. Microbiologie médicale – University of Alberta
13. Microbiologie médicale – University of Manitoba
14. Microbiologie médicale – University of Toronto
15. Microbiologie médicale – McMaster University
16. Microbiologie médicale – University of Ottawa

Une autre personne peut vouloir choisir sa liste de classement en fonction principalement de l'endroit de son choix préféré, et son choix de spécialité peut être une valeur secondaire pour elle. À ce titre, elle classerait un grand nombre de spécialités différentes acceptables pour elle à l'endroit de son choix, avant de passer à leur prochain emplacement potentiel. Ce qui suit est un exemple de la façon dont elle pourrait souhaiter le faire:

1. Pathologie anatomique – University of Toronto
2. Pathologie générale – University of Toronto
3. Neuropathologie – University of Toronto
4. Pathologie anatomique – Western University
5. Pathologie générale – Western University
6. Neuropathologie – Western University
7. Pathologie anatomique – Queen's University
8. Neuropathologie – Queen's University
9. Pathologie générale – Queen's University
10. Pathologie générale – McMaster University
11. Pathologie anatomique – McMaster University
12. Neuropathologie – McMaster University

Un système de quasi-priorisation pourrait comprendre de choisir ses priorités par spécialité dans des endroits acceptables, puis l'établissement de priorités pour d'autres spécialités acceptables dans cet endroit. Le choix pour le classement des résidences est probablement multifactoriel pour la plupart des gens, et leur classement devrait refléter ces facteurs. Cela est d'autant plus vrai que la plupart des spécialités exigent une longue période de formation et de dévouement, et que la majorité des étudiants termineront probablement leur programme à la fin de la vingtaine ou au début de la trentaine.

Un autre étudiant aime vraiment une spécialité spécifique: Chirurgie cardiaque. Par conséquent, il classe cette spécialité particulière partout au Canada, puis classe les autres spécialités dans un endroit préféré, et ainsi de suite, similaire à l'exemple précédent. Malheureusement, il ne peut pas parler français et, par conséquent, pour des raisons personnelles ou éducatives, ne souhaite pas classer l'Université de Montréal ou l'Université Laval. Il peut créer la liste de classement suivante:

1. Chirurgie cardiaque – University of British Columbia
2. Chirurgie cardiaque – University of Manitoba
3. Chirurgie cardiaque – Western University
4. Chirurgie cardiaque – University of Ottawa
5. Chirurgie cardiaque – University of Alberta
6. Chirurgie cardiaque – University of Calgary
7. Chirurgie cardiaque – McMaster University
8. Chirurgie cardiaque – University of Toronto
9. Urologie – University of British Columbia
10. Urologie – University of Manitoba
11. Urologie – Western University

Un autre étudiant peut potentiellement décider d'utiliser l'Electronic Residency Application Service (ERAS), afin de postuler à des programmes aux États-Unis, comme solution de re-change, juste au cas où ils ne seraient pas jumelés par CaRMS. Vous trouverez plus de détails concernant la présentation d'une demande par l'entremise d'ERAS plus loin, à la section 4.3 du Matchbook.

De plus, si un étudiant envisage de postuler principalement à des spécialités compétitives, il est recommandé qu'il envisage également de postuler à d'autres spécialités qu'il jugerait acceptables. Ceci est un concept connu comme étant une planification parallèle, et en utilisant cette méthode les étudiants peuvent réduire leur risque d'être non-jumelés.

Différentes méthodes de priorisation peuvent également être combinées en fonction de l'ensemble unique de circonstances et de valeurs propres à chaque élève lors de l'élaboration d'une liste de classement. Rappelez-vous à la fin de la journée, vous vous devrez vivre avec les décisions que vous prenez!

Choix entre deux ou plusieurs programmes de résidence, pour un classement spécifique

Il y a diverses méthodes pour vous aider à décider de votre classement des différents programmes. Un autre moyen potentiel que d'autres étudiants en médecine ont trouvé utile est de créer un système de notation des scores de 0 à 10 pour divers facteurs par programme, en fonction de leur importance relative pour l'étudiant. Ce moyen est un outil utile qui peut aider avec décider les décisions difficiles. En fin de compte, les étudiants peuvent également choisir de suivre leur intuition.

Le suivant peut servir par un exemple pour un étudiant qui est considéré un résidence en psychiatrie à l'Université de la Saskatchewan, par opposition à une résidence en chirurgie générale à l'École de médecine du Nord de l'Ontario, en fonction de ses propres préférences:

Facteur	l'importance	Psychiatrie (U of S)	l'importance	chirurgie Générale (NOSM)	l'importance
Proximité de la famille	7	5	35	7	49
Proximité de Divertissements à City	3	8	24	4	12
Durée de la résidence	4	6	48	6	24
Variété de techniques intéressantes dans la spécialité	8	4	24	9	72
Capacité à avoir des relations longitudinales avec les patients	8	10	80	3	24
Passion pour la spécialité	10	8	80	7	70
Opportunités d'emploi dans l'emplacement souhaité après la résidence	5	4	20	8	40
Coût de la vie	2	6	12	7	14
Besoin de services ou de spécialité spécifique dans la région	9	3	27	9	81

Priorités personnelles ou valeurs dans la vie

Un problème avec les couples pourrait survenir quand une personne s'est jumelée au cours d'une année avant son partenaire. En ce cas, ces deux personnes pourraient souhaiter réfléchir à la façon dont elles souhaiteraient prioriser leurs choix de spécialité et d'emplacement, comme démontré ci-dessus. N'oubliez pas que la vie ne se limite pas à la médecine, jumeler à une spécialité spécifique ou à un choix de carrière! Chaque étudiant apprécie ces choses différemment, et devraient tenir compte de son valeurs lors du classement des programmes. Quelque personnes peuvent même décider de changer de carrière au milieu de leur résidence, et commencer un autre résidence, bien que cela puisse être difficile.

Le FEMC recommande aux étudiants de s'asseoir seul, ou avec leurs amis, familles, ou leurs proches, et penser à ce qu'ils apprécient vraiment dans la vie quand ils classent des programmes de résidence. Vous n'êtes pas simplement défini en tant que médecin ou en faisant partie d'une certaine spécialité médicale; chaque étudiant est tellement plus que ça.

N'oubliez pas que les élèves ne sont pas seuls dans ces décisions. Chaque école de médecine canadienne donne accès à des services pour étudiants qui vous aidera et vous soutiendra dans ces décisions difficiles. Il est fortement recommandé à chaque étudiant de demander conseil à un conseiller d'orientation ou à une personne équivalente pour obtenir des conseils personnalisés.

Guide de référence rapide pour étudiants: Réponses aux questions fréquentes

	Université de la Colombie - Britannique	Université de l'Alberta	Université Calgary	Université de Saskatchewan	Université de Manitoba	École de Médecine du Nord de l'Ontario	Université Western	Université McMaster
Est-ce que je peux communiquer avec le bureau d'externat?	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui
Est-ce que je peux communiquer avec le responsable du stage?	Non	Non	Non	Non	Non	Non	Non	Non
Est-ce que la faculté offre une liste d'attente?	Oui	Non	Non	Non	Non	Non	Non	Non
Est-ce que l'étudiant peut ajouter des dates alternatives à la boîte « commentaires » du formulaire de demande?	Non	Non	N/A	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui
Est-ce que les coordonnateurs de stages optionnels connaissent la disponibilité des stages?	Oui	Non	Non	Non	Non	Non	Non	Non
Est-ce que votre faculté offre des stages d'observations?	No	Non	Non, veuillez organiser avec les précepteurs	Non, veuillez organiser avec les précepteurs	Non	Non	Vous devez communiquer avec l'université directement	Non
Quelle est la dernière semaine où je peux annuler mon stage confirmé?	6 semaines avant la date de début du stage	6 semaines avant la date de début du stage	6 semaines avant la date de début du stage	6 semaines avant la date de début du stage	6 semaines avant la date de début du stage	6 semaines avant la date de début du stage	6 semaines avant la date de début du stage	6 semaines avant la date de début du stage
Est-ce qu'une lettre pour manque de professionnalisme sera envoyée la faculté si j'annule un stage confirmé?	Oui, si l'annulation est reçue moins de 6 semaines avant le début du stage	Oui, si l'annulation est reçue moins de 6 semaines avant le début du stage	Oui, si l'annulation est reçue moins de 6 semaines avant le début du stage	Oui, si l'annulation est reçue moins de 6 semaines avant le début du stage	Oui, si l'annulation est reçue moins de 6 semaines avant le début du stage	Possiblement, si l'annulation est reçue moins de 6 semaines avant le début du stage	Oui, si l'annulation est reçue moins de 6 semaines avant le début du stage	Oui, si l'annulation est reçue moins de 6 semaines avant le début du stage
Est-ce que votre faculté offre des stages d'une semaine seulement?	Non	Oui	Non	Non	Non	Non	Non	Non
Ma faculté d'attache est au Canada – A combien de semaines puis-je déposer une demande?	26 à 12 semaines avant la date de début	26 à 10 semaines avant la date de début	26 à 8 semaines avant la date de début	26 à 16 semaines avant la date de début	26 à 16 semaines avant la date de début	26 à 16 semaines avant la date de début	26 à 16 semaines avant la date de début	26 à 16 semaines avant la date de début
Ma faculté d'attache est à l'extérieur du Canada – Est-ce possible d'obtenir des stages pour plus de 12 semaines?	Non pas plus de 8 semaines	Nous acceptons pas des étudiants internationaux	Nous n'acceptons pas des étudiants internationaux	Nous n'acceptons pas des étudiants internationaux qui ne sont pas résidents de SK	Non, pas plus de 8 semaines	Oui, consultez le profil de l'université	Non, pas plus de 8 semaines	Non, pas plus de 4 semaines
Est-ce que j'aurai à soumettre d'autres documents après ma demande déposée?	Oui, un fois confirmé. Pour licence CPSBC détails à la confirmation	Parfois, vous serez avisé par le portail	Parfois, vous serez avisé par le portail	Oui, pour licence et formulaires Immunisation et sérologie	Oui, une fois le stage confirmé	Oui	Oui, consultez le profil de notre université	Oui, consultez le profil de notre université
L'anglais n'est pas ma langue maternelle, est-ce que j'aurai à fournir une preuve de connaissance de l'anglais	Oui voir les exigences section politiques	Oui, voir exigences pour type d'étudiant et docs. requis.	Non	Oui	Non	Oui	Oui	Oui
Le français n'est pas ma langue maternelle, est-ce que j'aurai à fournir une preuve de connaissance du français?	NA	NA	NA	NA	Non	Non	Non	Non

Guide de référence rapide pour étudiants: Réponses aux questions fréquentes

	Université de Toronto	Université Queen's	Université d'Ottawa	Université Laval	Université Sherbrooke	Université McGill	Université de Montréal	Université Memorial	Université Dalhousie
Est-ce que je peux communiquer avec le bureau d'externat?	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui
Est-ce que je peux communiquer avec le responsable du stage?	Oui	Non	Non	Non	Non	Non	Oui	Non	Oui, consultez le profil de l'université
Est-ce que la faculté offre une liste d'attente?	Non	Oui, consultez le profil de l'université	Non	Non	Non	Non	Non	Non	Non
Est-ce que l'étudiant peut ajouter des dates alternatives à la boîte « commentaires » du formulaire de demande?	Oui	Oui si dans la même période de stage de la demande	No	Oui	Oui	Non	Oui	Oui	Oui
Est-ce que les coordonnateurs de stages optionnels connaissent la disponibilité des stages?	Non	Non	Non	Non	Oui	Non	Non	Non	Non
Est-ce que votre faculté offre des stages d'observations?	Non, communiquez avec l'hôpital	Non	Non	Communiquez avec l'hôpital pour connaître disponibilités	Non	Non, communiquez avec département ou superviseur	Non	Non	Non
Quelle est la dernière semaine où je peux annuler mon stage confirmé?	6 semaines avant la date de début du stage	6 semaines avant la date de début du stage	6 semaines avant la date de début du stage	4 semaines avant le début du stage	8 semaines avant la date de début du stage	8 semaines avant la date de début du stage	6 semaines avant la date de début du stage	8 semaines avant la date de début du stage	6 semaines avant la date de début du stage
Est-ce qu'une lettre pour manque de professionnalisme sera envoyée à la faculté si j'annule un stage confirmé?	Oui, si l'annulation est reçue moins de 6 semaines avant le début du stage	Oui, si l'annulation est reçue moins de 6 semaines avant le début du stage	Oui, si l'annulation est reçue moins de 6 semaines avant le début du stage	Oui, si l'annulation est reçue moins de 4 semaines avant le début du stage	Oui si l'annulation est reçue moins de 8 semaines avant le début du stage	Oui, si l'annulation est reçue moins de 8 semaines avant le début du stage	Oui, si l'annulation est reçue moins de 6 semaines avant le début du stage	Oui, si l'étudiant n'a pas informé l'université dans un délai raisonnable ou s'il n'avise pas du tout	Oui, si l'annulation est reçue moins de 6 semaines avant le début du stage
Est-ce que votre faculté offre des stages d'une semaine seulement?	Non	Oui certains programmes	Non	Non	Non	Non	Non	Non	Non
Ma faculté d'attache est au Canada – A combien de semaines puis-je déposer une demande?	26 à 16 semaines avant la date de début	26 à 16 semaines avant la date de début	26 à 16 semaines avant la date de début	26 à 12 semaines avant le début du stage	26 à 12 semaines avant le début du stage	26 à 16 semaines avant la date de début	26 à 12 semaines avant la date de début	26 à 16 semaines avant la date de début	26 à 16 semaines avant la date de début
Ma faculté d'attache est à l'extérieur du Canada – Est-ce possible d'obtenir des stages pour plus de 12 semaines?	Non, pas plus de 4 semaines	Non, pas plus de 4 semaines	Non, pas plus de 4 semaines	Non	Non	Non, pas plus de 8 semaines	N/A	Non, pas plus de 8 semaines	Non, pas plus de 4 semaines
Est-ce que j'aurai à soumettre d'autres documents après ma demande déposée?	Parfois, vous serez avisé par le portail	N95 mask fitting si incomplet étudiants inter.	Parfois, on communiquera avec vous	Seulement pour les étudiants hors-Québec	Non	Parfois, on communiquera avec vous	Non	Oui, consultez le profil de l'université	Non
L'anglais n'est pas ma langue maternelle, est-ce que j'aurai à fournir une preuve de connaissance de l'anglais	Oui, s'applique pour étudiants Internationaux	Oui	Non	Non	Non	Non	Oui	Oui la vérification faculté d'attache	No (for Cdn) Yes for Int'l
Le français n'est pas ma langue maternelle, est-ce que j'aurai à fournir une preuve de connaissance du français?	Non	N/A	Non	Oui	Oui	Non	Oui	Non	Non

AFMC Student Portal – FAQs by school (a Quick Reference Guide)

Answers to common questions on the AFMC Student Portal can be found in the following two pages, organized by school. Please note that this information is subject to change without notice. Specific school policies can be found [here](#).

3.5 Message du Comité du Bien-être

À mes collègues étudiants en médecine de dernière année,

Bien que cela puisse sembler difficile à croire, nous approchons de la fin de notre voyage en tant qu'étudiants en médecine. Tout d'abord, permettez-moi de dire, félicitations! Tout au long de notre formation, oui, nous avons acquis des connaissances médicales. Tout aussi important, je dirais de toute façon, que nous avons eu l'occasion d'apprendre la persévérance, de pratiquer la compassion, de perfectionner notre résilience et de faire preuve de courage. À la fois personnellement et académiquement, nous avons accompli beaucoup de choses. Je vous encourage à prendre un moment pour reconnaître et célébrer vos succès. Vous êtes vraiment incroyables!

Maintenant, pour aborder ce qui a commencé à persister dans tous nos esprits... le jumelage! Le jumelage est historiquement une période qui met au défi notre bien-être en tant qu'étudiants en médecine. Bien que chaque expérience individuelle soit unique, il n'est pas rare que les élèves se sentent isolés, inadéquats et anxieux tout au long du processus de jumelage. De plus, en tant qu'étudiants de dernière année au milieu de la pandémie mondiale COVID-19, nous rencontrons des obstacles nouveaux et sans précédent en ce qui concerne le match. Les chemins bien usés forgés par ceux qui nous précèdent sont devenus incontournables. Nous avons été contraints de commencer à couper de nouveaux sentiers, sans carte pour nous guider. Cette année, nous avons subi des changements importants dans les horaires d'externat. Nous avons vu la cessation des cours au choix au fur et à mesure que nous les connaissons. De plus, nous sommes la première cohorte à vivre des entrevues CaRMS 100% virtuelles. Naviguer tous ces changements à un moment aussi monumental de notre carrière est naturellement stressant et, franchement, effrayant.

Ainsi, je vous demande deux choses:

1) Prenez soin de vous

Faites une priorité de votre bien-être, quoi que cela signifie pour vous. Je reconnais que cela aussi est devenu particulièrement difficile à la suite du COVID-19. Nous ne pouvons plus compter sur les choses que nous avons faites dans le passé pour améliorer notre bien-être. Cela dit, je vous encourage à penser à votre bien-être de manière prophylactique. Quelles ressources sont à votre disposition dans votre école? Contactez vos amis, vos pairs, votre famille ou avec qui vous vous sentez en sécurité. Donnez la priorité aux choses qui font de vous, vous! Lisez votre livre, regardez Netflix, allez vous promener, coudre, peindre, cuisiner, DORMIR! N'oubliez pas non plus que ce n'est pas grave de ne pas aller bien. Je sais que cela peut sembler contraire à la culture «perfectionniste» en médecine. Cependant, pour changer cela et façonner la culture dans laquelle nous allons pratiquer, nous devons d'abord être ouverts et transparents avec nous-mêmes. Identifier honnêtement quand nous sommes malades n'est pas un signe de faiblesse ou d'échec. Au contraire, cela démontre la maturité et la force émotionnelles.

2) Portez une attention à ceux qui vous entourent

Soutenons-nous les uns les autres! CaRMS est souvent associé à un sentiment de compétition ou à la contrainte de «se classer» plus haut qu'un autre. Cependant, votre expérience pendant le processus de match n'est que et exactement cela - votre expérience. Le succès de vos pairs et votre succès personnel ne s'excluent pas mutuellement. En tant que futurs collègues de cette profession collaborative, nous ne devons pas associer le succès d'autrui à notre échec. De plus, nous devons veiller les uns sur les autres. En médecine, nous sommes souvent trop doués pour masquer nos luttes. Dites coucou à vos collègues. Fournissez un soutien si vous le pouvez. En fin de compte, nous sommes tous dans le même bateau.

En tant qu'officier national du mieux-être de la FEMC, j'ai eu l'immense plaisir de rencontrer plusieurs d'entre vous partout au pays. Les étudiants avec lesquels j'ai interagi de chaque école vantent les cultures chaleureuses et solidaires de leurs écoles respectives - ce à quoi chaque étudiant en médecine contribue en collaboration. C'est pour cette raison que je suis très honorée d'obtenir mon diplôme avec vous tous. Je suis convaincu que votre avenir sera rempli de succès. Je vous souhaite le meilleur.

Restez bien,

Hayley Hill

Étudiante de 4^{ième} année en doctorat de médecine
Queen's University

“Une vraie vocation nous appelle au-delà de nous-mêmes; nous brise le cœur dans le processus, puis nous humilie, nous simplifie et nous éclaire sur la nature cachée du cœur du travail qui nous a séduits en premier lieu.”

- David Whyte

4. CONSEILS ET GUIDES

4.1 Coûts cachés de la quatrième année en médecine

Rentrer en médecine a été notre premier défi – payer les frais qui y sont associés en est un autre. Il n’y a aucune doute que les études en médecine coûtent chères! Outre que les frais de scolarité et les livres et les équipement médicaux, nous devons aussi nous préparer pour les dépenses additionnelles liées aux stages et aux stages à option. Cette année, les entrevues du Service canadien de jumelage des résidents (CaRMS) subiront un changement important; elles auront lieu dans un format virtuel.

Les coûts associés aux stages à option et au CaRMS varieront en fonction du nombre de stages à options nécessitant un déplacement que vous choisirez, et du nombre de programmes auquel vous appliquerez. Ces nombres continuent à augmenter chaque année au Canada. En 2016, le nombre moyen de programmes par candidat était de 17.7, alors qu’il n’était que de 12.1 en 2013. Ce nombre continue à augmenter en 2020. Les candidats en médecine familiale devraient se méfier du fait que chaque site compte comme une seule demande et que les coûts totaux peuvent être plus élevés.

Voici un aperçu des coûts supplémentaires importants à prévoir pour votre quatrième année.

Coûts liés au CaRMS	Autres coûts
<ul style="list-style-type: none">Frais de participation au jumelage R-1 : 302,89\$ (inclut une candidature à neuf programmes). Chaque programme additionnel coûte 31,00\$, plus les taxes applicablesCoûts totaux de CaRMS (y compris les déplacements): généralement entre 3000 \$ et 5000 \$, selon le nombre de demandes que vous soumettez et l'emplacement des jumelages	<ul style="list-style-type: none">Frais d’application à l’examen d’aptitude du Conseil médical du Canada (EACMC), partie 1: 1390\$14Inscription en ligne au portail de l’Association des facultés de médecine du Canada (AFMC): 200\$15Frais administratifs d’application aux stages à option (les coûts varient selon l’institution) : de 100\$ à 300\$L’expérience des stages à option (estimation des frais de voyage) : 2000\$Frais de dossier ERAS : 284,50\$

Établissez un budget

L’une des meilleures choses que vous pouvez faire tôt durant votre parcours académique en médecine est de faire un budget. Établir un budget annuel à l’avance pour chaque année de vos études en médecine vous aidera à estimer vos dépenses et vos revenus potentiels—et vous aidera à mieux gérer vos finances. S’informer à l’avance des coûts anticipés durant la quatrième année vous permettra d’effectuer des ajustements à votre budget en préparation. Nous vous encourageons à rencontrer un Conseiller MD* durant votre dernière année d’études en médecine afin de discuter votre transition à la résidence. Gestion Financière MD est le partenaire exclusif en services financiers de la FEMC. For plus d’informations financières, visitez <https://cfms.org/resources/student-finances>.

Considérez une marge de crédit

Un grand nombre d'étudiants en médecine utiliseront une marge de crédit à un certain moment durant leur éducation, et plusieurs banques offrent des options de prêts spécifiquement pour les étudiants. Assurez-vous de ne pas emprunter en excès. Comme pour tout type de dette, une gestion efficace est essentielle. Une lourde dette ou un mauvais dossier de crédit peut tout affecter, de vos futures possibilités d'emploi à votre capacité d'acquiescer, d'établir ou d'incorporer un cabinet médical.

Faites usage de vos cartes de crédit

Plusieurs compagnies de cartes de crédit offrent des récompenses ou des remises en espèces, souvent gratuitement pour les étudiants en médecine. Par exemple, payer pour vos frais de voyage par carte de crédit comporte certains avantages: il y a toujours un délai de grâce sans intérêt entre la date d'achat et la date d'échéance du paiement, certaines cartes offrent une assurance pour la location de voitures et même certains types d'assurance voyage. Cependant, les cartes de crédit peuvent aussi comporter des risques financiers, surtout si vous dépassez le délai de grâce et êtes obligé de payer des taux d'intérêt élevés. Manquer des paiements pourrait avoir un impact négatif sur votre cote de crédit.

Profitez des offres de rabais de la FEMC

La FEMC offre à ses membres des rabais pour diverses entreprises liées aux voyages et l'hébergement, aux ressources pédagogiques, au bien-être, aux services fiscaux et à plein d'autres activités. Veuillez visiter [le site web de la FEMC](#) pour plus d'information actuelle à propos des offres, car les rabais offerts varient d'une année à l'autre. En étant membre de l'AMC, vous avez aussi accès à des rabais supplémentaires.

Rechercher des offres de voyage

Bien que les entretiens soient virtuels cette année, il sera peut-être encore possible d'organiser des stages à options ailleurs au pays. Les frais de transport engloberont une grande partie de vos dépenses en déplacements, alors n'oubliez pas de vous renseigner sur les tarifs étudiants au moment de la réservation. Les membres de l'AMC bénéficient de réductions auprès de Via Rail et de la société de location de voitures Enterprise/National, et la FEMC offre également un certain nombre de réductions sur les voyages. Toutes ces offres sont proposées aux étudiants de médecine canadiens. Toutefois, les dates pour les réductions de voyage et les tarifs peuvent être modifiés. Veuillez consulter le site <https://www.cfms.org/resources/discounts-travel.html> pour plus d'informations et pour accéder aux codes de réduction. Des restrictions peuvent s'appliquer.

Pour de nombreux étudiants en médecine, les stages à options auront lieu dans tout le pays, et le coût des vols, de l'hébergement et des repas peuvent s'accumuler rapidement. Certains étudiants auront la possibilité de loger chez des amis ou de la famille, tandis que d'autres devront trouver des hôtels, des AirBnBs ou des sous-locations. En tant que membre de l'AMC, vous pouvez bénéficier de réductions dans plusieurs chaînes hôtelières. La FEMC offre également des réductions pour Choice Hotels. Veuillez également considérer ce groupe facebook d'étudiants en médecine destiné à aider d'autres étudiants/résidents en médecine voyageant dans le cadre de stages/rotations à trouver un logement à court terme.

*Conseiller MD désigne un planificateur financier de Gestion MD ou un Conseiller en Investissement (au Québec), ou un gestionnaire de portefeuille de Conseils en placement privés MD. Gestion Financière MD procure des produits et services financiers, la Famille des fonds MD et des services de conseils en placement à travers Le groupe de sociétés de MD. Pour une liste détaillée de ces sociétés, visitez md.ca.

Ressources Éducatives

Companie	Rabais offerts
Ressources Wolters Kluwer/Lippincott	Rabais de 30%
Pharmacology you see	Rabais de 10%
Canada Q bank	Rabais de 25% sur les banques de questions
MEDSKL	Accès gratuit à la banque de questions
Stéthoscopes Littman de stethoscope.ca	Rabais de 5% sur les stéthoscopes. Gravure gratuite à l'achat. Rabais de 50% sur la boîte de voyage à l'achat d'un stéthoscope.
Guide de poche Drugs & Drugs	Version électronique gratuite
Osmosis.org	Abonnement de 4 ans : 299\$USD Abonnement de 2 ans : 199\$USD Abonnement de 1 an : 149\$USD
Medelita	Rabais de 40% sur tous les articles à prix régulier
UpToDate	Abonnement de 1 an : 99\$USD Abonnement de 2 ans : 169\$USD
VisualDx	Rabais de 75%
3D4 Medical Complete Anatomy App	Rabais de 10%

Bien-être

Companie	Rabais offerts
Running Room	Rabais de 10% sur les chaussures, vêtements et accessoires.
Mark's	Rabais de 10%
LASIK MD chirurgie oculaire	Consultation gratuite sans obligation. Tarif forfaitaire exceptionnel Plan complémentaire de perfectionnement de la vision

autres

Companie	Rabais offerts
MNP	Services de déclaration de revenus gratuits
Avantage commercial Staples	Consultez le site Web pour plus d'informations.

4.2 Poser sa candidature aux États-Unis (par l'intermédiaire de l'ERAS)

Les candidatures aux postes de résidence aux États-Unis passent par le Electronic Residency Application Service (ERAS), tandis que le jumelage avec le programme de résidence passe par le National Residency Matching Program (NRMP).

CaRMS peut télécharger votre Medical Student Performance Record (MSPR) et vos relevés de notes sur ERAS pour le jumelage 2021. Vous pouvez en faire la demande en envoyant un courriel à eras@carms.ca. Ils doivent recevoir ces documents au moins une semaine avant les dates limites de l'ERAS, que vous trouverez [ici](#). Toutefois, vous devrez télécharger des photos par l'intermédiaire de MyERAS. De plus, les référents fourniront leurs lettres de référence par le biais du Letter of Recommendation Portal (LoRP) de l'ERAS.

Candidature à l'ERAS

ERAS est un système distinct de CaRMS Online. Veuillez noter que certains programmes ne passent pas par ERAS (comme l'ophtalmologie ou la chirurgie plastique). Les diplômés canadiens en médecine qui souhaitent participer au jumelage avec les États-Unis doivent s'inscrire à l'ERAS par l'intermédiaire de CaRMS. L'inscription à l'ERAS commence généralement en juin et se termine en mai de l'année suivante, mais cela est susceptible de changer. En raison de la COVID-19, l'inscription sera ouverte le 15 septembre 2020. Lisez le [nouveau calendrier pour le jumelage 2021](#). Lisez attentivement les descriptions de chaque programme, car les dates limites de dépôt des candidatures et les exigences en matière de documents varient selon les programmes.

Pour plus d'informations concernant l'ERAS, veuillez consulter le site web de l'Association of American Medical Colleges : <https://www.aamc.org/students/medstudents/eras/>. La liste complète des programmes participant à l'ERAS se trouve à l'adresse suivante : <https://services.aamc.org/eras/erasstats/par/>.

Candidature au CaRMS et à l'ERAS

Vous pouvez vous inscrire aux programmes américains et canadiens de jumelage de résidences et soumettre une liste de classement à CaRMS et au NRMP. CaRMS est lancé avant le NRMP. Si vous êtes jumelé à un poste de résidence R-1 lors de la première itération de CaRMS, vous serez automatiquement, et sans notification, retiré du NRMP.

Les postes non pourvus au cours du premier tour du NRMP sont disponibles au cours du deuxième tour, qui se déroule généralement après le premier tour de CaRMS, à savoir le Supplemental Offer and Acceptance Program (SOAP). Si vous êtes jumelé à un poste de résidence R-1 dans le cadre du SOAP, vous serez automatiquement retiré du deuxième tour de CaRMS. Pour plus d'informations concernant le jumelage du NRMP, veuillez consulter le site web du NRMP. Veuillez noter le nouvel échéancier du NRMP pour 2021.

Faire la demande pour le Visa J-1

Le visa J-1 est un visa pour les non-immigrants. Lorsqu'un étudiant canadien en médecine obtient un contrat de formation en résidence aux États-Unis, celui-ci doit faire la demande au [ECFMG \(Educational Commission for Foreign Medical Graduates\)](#) pour leur visa J-1.

Pour plus d'informations, veuillez consulter : <http://canada.usembassy.gov/visas/visas/student-and-exchange-visas.html>.

La candidature pour le ECFMG doit inclure une « lettre du ministre de la Santé » ou une « Déclaration de besoin » de Santé Canada. Pour en faire la demande, veuillez contacter Santé Canada ou visiter le [site web de Santé Canada](#).

Contact pour Santé Canada : j1visa@hc-sc.gc.ca

5. LE SCÉNARIO DU NON-JUMELAGE

Malheureusement, il y a toujours des étudiants en médecine compétents et qualifiés qui se retrouvent non-jumelés à cause des problèmes au niveau du système, jusqu'au point où il n'est plus rare de se retrouver non-jumelé. Tandis qu'en 2020 nous avons vu une amélioration vis-à-vis au nombre d'étudiants non-jumelés (DCM), il y en a toujours 137 cette année et 13 de l'année précédente après la première itération du jumelage; après la deuxième itération, 25 DCM de cette année et 12 de l'année précédente ont été non-jumelés. Ceci n'inclut pas 42 DCM non-jumelés après la première itération qui ont décidé de ne pas participer au deuxième tour de jumelage. Le sentiment d'isolement des pairs, l'incertitude associée aux prochaines étapes ainsi que le fardeau financier sont des sources de stress pour les étudiants qui n'ont pas été jumelés. Par conséquent, le Groupe de travail des diplômés en médecine canadiens non jumelés a compilé une série de stratégies et de systèmes de support cherchant à aider les étudiants qui se retrouvent dans ce scénario à développer un plan d'action, à promouvoir leur bien-être psychologique, et à alléger leur fardeau financier.

À noter: les options décrites ci-dessous sont sujettes à l'offre de la faculté de formation. Veuillez confirmer leur faisabilité avec votre Bureau des affaires étudiantes.

5.1 Postuler dans la deuxième itération et processus post-jumelage

Postuler dans la deuxième itération

Immédiatement après les résultats du jumelage, les étudiants non-jumelés sont obligés de prendre quelques décisions urgentes. Par exemple, l'étudiant doit décider s'il veut participer au deuxième tour de jumelage. Les étudiants non-jumelés ont aussi l'option de ne pas participer au deuxième tour de jumelage et poser leur candidature l'année suivante. Ils ont l'option de participer au premier tour de jumelage l'année prochaine. Toutefois, il est important de noter que plusieurs écoles nécessitent une participation à la deuxième itération pour pouvoir être éligible à faire une 5e année de médecine. Les points suivants pourraient aider les candidats à prendre une décision éclairée:

La demande de candidature pour le deuxième tour de jumelage commence le jour ou les résultats du premier tour de jumelage sont disponibles, et se termine dans les 7 à 14 jours suivants.

Ces dates changent chaque année, veuillez donc vérifier les dates d'échéances sur le [site web de CaRMS](#).

Les candidats devraient vérifier la liste des positions vacantes et identifier les positions qui les intéressent.

Cette liste est disponible sur le site web de CaRMS et le Bureau des affaires étudiantes

Il y aura peut-être des positions vacantes dans les disciplines de premier ou deuxième choix du candidat, mais la majorité sera en médecine familiale (et la plupart est seulement disponible aux francophones).

Une position 'compétitive' signifie qu'elle est aussi ouverte aux diplômés internationaux.

Récemment, l'Alberta, le Manitoba et l'Ontario ont décidé de conserver les diplômés internationaux et canadiens en tant que groupes séparés dans la première et deuxième itération, ce qui signifie que toutes positions en deuxième itération ne sont pas compétitives.

Une position 'ROS' (retour de service) veut dire qu'il faut travailler dans certaines communautés mal desservies de la province pendant un nombre fixe d'années après la formation médicale postdoctorale, quelquefois au sein d'une spécialité prédéterminée (par exemple, une position ROS en médecine interne pourrait avoir une spécialisation postdoctorale accompagnante obligatoire en médecine interne générale).

Les candidats doivent considérer la contingence plus élevée de second tour. En 2020, 74.2% des diplômés canadiens de l'année en cours ont jumelé lors du second tour alors que 95.2% de ceux-ci ont jumelé au premier. Les raisons qui expliquent ce résultat incluent:

- Nombre bas de programmes appliquées
- La compétition avec les diplômés internationaux
- Un Curriculum vitae ne satisfaisant pas les critères d'admissibilité d'une spécialité incluant les stages à sélection choisis
- L'enthousiasme face à une spécialité n'était pas mentionné dans la lettre de motivation ou lors de l'entrevue
- Nombre grandissant de candidats non-jumelés entrant au second tour
- Plusieurs positions en médecine familiale n'étaient pas accessibles aux anglophones

Les candidats potentiels doivent également être conscients de la plus grande compétitivité de la participation au match de l'année suivante. En 2020, 78,7% des candidats CMG de l'année précédente correspondaient à la 1ère itération et 49,2% à la 2ème itération. (CaRMS 2020)

Les candidats sont encouragés à rester en contact avec leur famille, leurs amis et/ou leurs mentors et précepteurs avec lesquels ils peuvent se confier pour du support et des conseils concernant leurs décisions. La décision finale prend énormément de réflexion sur soi et de discussions avec ses proches, et des mentors peuvent offrir des conseils de valeur par rapport à une vie dans une spécialité que vous n'avez peut-être pas considéré.

Les candidats sont encouragés à contacter leur bureau des affaires étudiantes pour du support supplémentaire et des conseils afin de prendre une décision.

- Les offres d'options alternatives peuvent varier en fonction des écoles.
- La participation au deuxième tour est requise pour certaines écoles pour être admissibles aux options alternatives.

Si un étudiant non-jumelé applique lors du deuxième tour, considérez les points suivants:

- Les prérequis pour appliquer (ex : lettre de motivation) peuvent changer et se doivent d'être vérifiés selon les descriptions de programmes de CaRMS.
- Il y a des frais associés à chaque application. Durant les 2 dernières années, la Banque Scotia et MD ont travaillé avec la FEMC pour offrir une assistance financière de 150\$ aux gradués canadiens afin d'appliquer en 2e itération. La Banque Scotia et Gestion financière MD sont fiers de supporter cette initiative en tant que partenaire exclusif en services financiers de la FEMC. Veuillez contacter education@cfms.org pour plus d'informations.
- Les documents provenant de la première itération sont gardés, mais de nouveaux documents peuvent être téléchargés. Les sections « Mes informations » ne peuvent pas être modifiées une fois que l'application est terminée et une application ne peut pas être annulée ou retirée une fois soumise.
- Envisagez de vous procurer de nouvelles lettres de références ou des lettres modifiées si possible, surtout si vous appliquez dans une nouvelle discipline. Si votre bureau des affaires étudiantes possède un guide de lettre de références, il est recommandé de l'envoyer à la personne qui écrit votre lettre. Soyez ouverts et honnêtes avec vos précepteurs et expliquez la situation délicate dans laquelle vous vous trouvez. La plupart vont faire tout en leur pouvoir afin d'écrire des lettres élogieuses si vous démontrez une détermination pour la 2e itération.
- Les curriculums vitae utilisés lors du premier tour devraient être modifiés lors du deuxième pour mettre l'accent sur les aspects qui sont reliés à la spécialité pour laquelle vous appliquez.
- Lorsque vous écrivez votre lettre de motivation, n'évitez pas de mentionner que vous êtes présentement un étudiant non-jumelé. Plutôt, soyez matures, transparents et arrivez au point. Si vous appliquez dans une spécialité différente, essayez de trouver des parallèles entre votre première discipline de choix et la nouvelle discipline.
- Demandez à des conseillers académiques ou des mentors (dans la spécialité d'intérêt si possible) de jeter un œil sur la nouvelle version de tous vos documents.

Si un candidat non-jumelé est sélectionné pour une entrevue, considérez les points suivants:

- Le caractère, l'éthique de travail, l'enthousiasme et la compréhension face à la spécialité sont particulièrement importants à mentionner. Soyez prêts à être demandés qu'est-ce que vous pensez n'a pas bien été durant la 1e itération. Vous pouvez penser à une explication, mais n'ayez pas de gêne à dire que vous avez fait de votre mieux et c'était une question de quantités de places dans la spécialité qui vous convient le plus.
- Des sessions par vidéoconférence peuvent être requises. Assurez-vous que votre équipement informatique fonctionne et que l'application de vidéoconférence est installée sur un autre dispositif (ex : téléphone cellulaire) au cas où des problèmes techniques surviennent. Essayez de rester chez soi si vous avez un espace silencieux avec un internet fiable, et assurez-vous que l'espace soit propre et que vous êtes habillés adéquatement.
- Gardez en tête que annuler une entrevue après l'avoir reçue ou ne pas classer une école qui vous a donné une entrevue en 2e itération pourrait être vu de manière négative si vous devez y appliquer l'année suivante.

Classer un programme demeure un engagement! Après avoir appliqué à la 2e itération, il reste du temps pour retirer votre application avant le 2e Jour de jumelage. Lorsque le 2e Match a lieu, le contrat au programme est contraignant.

Jumeler en 2e itération avec l'intention de transférer à un autre programme plus tard est découragé. Changer dans un programme plus compétitif est très difficile et rare. Considérez si vous allez être heureux dans le programme de choix pour votre application et dans la carrière que vous aurez dans la discipline.

Appliquer au processus post-jumelage – “Le Scramble”

Dans les quelques jours suivants les résultats de la deuxième itération du processus de jumelage, CaRMS peut entamer un Processus de Post-Match (PMP). Les programmes avec des postes encore vacants après la deuxième itération ont l'option de participer, mais ne sont pas obligés. Contrairement aux deux premières itérations, il n'y a pas de frais lors du PMP et l'algorithme de jumelage n'est pas utilisé. À la place, CaRMS agit à titre de site pour appliquer pour un emploi traditionnel, permettant aux étudiants de soumettre leurs applications aux programmes de leur choix avec toutes les étapes subséquentes étant entre les mains des programmes.

Certaines écoles peuvent envoyer des offres d'entrevues ou d'admission à tout moment. Normalement, un délai de 2 jours est offert pour répondre aux offres avant qu'ils passent au candidat suivant sur leur liste. Les candidats doivent prévoir un court laps de temps entre les offres d'entrevue, les dates d'entrevue et les offres pour un poste. Puisqu'il n'y a pas de liste de classement, vous n'êtes pas lié aux offres et pouvez ainsi refuser une offre d'admission.

Conseils utiles:

- Appliquer aussi tôt que le PMP ouvre. Les entrevues peuvent être offertes après seulement 3 jours ouvrables.
- Soyez prêt à faire plus d'une entrevue par jour.
- Il se peut que vous puissiez demander à votre doyen de défendre vos intérêts. Informez-vous à votre bureau des affaires étudiants pour vérifier concernant cette option et ce qui peut être fait d'autre.
- Les programmes qui ne vous ont pas convoqué en entrevue lors de la seconde itération peuvent le faire lors du PMP.

5.2 Programme d'instruction à l'intention des médecins militaires des Forces armées canadiennes

Le programme d'instruction à l'intention des médecins militaires des Forces armées canadiennes (PIMM-FAC) est une autre option de parcours pour la résidence. L'ARE (augmentation rapide des effectifs) PIMM permet aux étudiants qui ne sont pas jumelés après le premier tour de poser une candidature à un poste de résidence en médecine familiale au Canada sous la condition qu'ils complètent quatre ans de service après leur résidence avec les FAC. Puisqu'il y a une pénurie de médecins de famille dans les FAC, une augmentation rapide des effectifs a été offerte, mais n'est pas garantie pour le cycle de candidature 2021. Gardez en tête que vous pouvez appliquer au PIMM-FAC à n'importe quel moment durant votre doctorat en médecine. Visitez ce [lien](#) pour plus d'information sur le programme. Pour poser votre candidature au programme ARE PIMM, vous devez être citoyen canadien, être en voie d'obtenir votre diplôme de médecine cette année, participer au jumelage du premier tour et réussir le processus de sélection des FAC. Cette année, il faut présenter deux demandes d'admission :

1. Demande d'admission des FAC

- [Ouvrir une demande](#) d'admission pour s'inscrire avec les FAC.
- Attendre plus d'information par courriel pour entrer en contact avec le centre de recrutement le plus près pour compléter le Test d'aptitude des Forces canadiennes (T AFC) et le test de traits auto-descriptifs (un test de personnalité). Le T AFC évalue les compétences verbales, la résolution de problèmes et l'orientation spatiale au niveau académique de la dixième année (secondaire 4 au Québec). Vous trouverez une pratique du T AFC [ici](#).
- Vous devez ensuite passer un examen médical pour assurer que votre santé est adéquate pour votre carrière militaire. Suite à ça, vous passerez un entretien.

2. Demande d'admission au programme de médecine familiale

- Ceci consiste de la demande d'admission et du processus d'entretien typique du CaRMS.
- Échéancier: En 2020, le PIMM-FAC faisait partie du deuxième tour, contrairement à 2018 et 2019. Par conséquent, la date limite était avec celle du deuxième tour, soit le 19 mars 2020. On s'attend à ce que le format soit le même en 2021.

Vous pouvez contacter HealthSvcsRecruiting-RecrutementSvcsdesante@forces.gc.ca ou aller sur le site web de la [FEMC](#) pour plus d'information.

5.3 Renouvellement de la demande l'année prochaine

Si le fait d'être non-jumelé constitue un obstacle difficile à votre parcours professionnel, il peut aussi être l'occasion d'une réflexion et d'une croissance personnelle importantes, qui renforcent ensuite votre candidature pour le cycle suivant. De nombreuses écoles proposent une "année supplémentaire" avec des frais de scolarité réduits (vérifiez auprès de votre bureau des affaires étudiantes). Certaines écoles ont un programme officiel d'internat prolongé, tandis que d'autres offrent une plus grande flexibilité et d'autres options pour poursuivre la recherche et/ou obtenir un diplôme de deuxième cycle, comme un MBA. Vous pouvez envisager de consacrer un peu de temps à des stages à options supplémentaires et/ou à d'autres intérêts en dehors de la pratique clinique. Ces intérêts peuvent inclure la recherche, l'éducation, la santé publique, etc. Afin de faire valoir la valeur de cette expérience inégalée lors du prochain entretien CaRMS, il est préférable de choisir un mélange qui s'appuie sur l'autoréflexion et le feedback.

Réflexion et rétroaction :

- [Réévaluez chaque partie de votre candidature et votre performance clinique](#). Y a-t-il un aspect dont vous doutiez ou qui vous mettait mal à l'aise ?
- [Demandez à vos précepteurs et à vos références de vous donner leur opinion sincère](#). Expliquez la situation et envisagez d'obtenir de la rétroaction détaillée sur votre performance en fonction des rôles [CanMEDS](#). Ils peuvent révéler un domaine à améliorer ou des suggestions pour les prochaines étapes. [Adressez-vous également à un mentor de confiance ou à vos conseillers universitaires](#).
- [Envisagez de parler avec vos collègues et de leur demander leur avis en toute honnêteté](#). Il peut être difficile pour eux de le dire ou pour vous de l'entendre, mais il se peut qu'une impression négative ait été émise, même si elle n'était pas intentionnelle.

Considérations relatives à votre candidature pour l'année supplémentaire :

- A partir de 2019, la FEMC a travaillé avec l'AFMC pour permettre aux diplômés Canadiens en médecine non-jumelés de mettre en place un profil étudiant de type extension du doctorat en médecine sur le portail de l'AFMC, permettant aux étudiants de postuler à des stages à options dans des délais plus courts, après les dates limites habituelles. Ce profil doit être créé par le bureau des stages de votre école une fois que vous avez rejoint le programme d'internat prolongé. Il est particulièrement utile de suivre des stages à option supplémentaires si vous pensez que vos performances cliniques auraient pu être meilleures ou si vous souhaitez explorer une autre spécialité.
- Si vous souhaitez faire d'autres stages à options, votre école peut vous conseiller de ne pas obtenir votre diplôme afin de souscrire une assurance responsabilité civile et de vous permettre de continuer à utiliser le portail de l'AFMC pour obtenir des stages. Cette décision doit être prise en consultation avec votre bureau des affaires étudiantes et tenir compte de l'extension d'internat de votre école.
- Pour les étudiants des écoles du Québec : L'extension de l'internat jusqu'à la 5ème année n'est pas toujours disponible. Les étudiants doivent obtenir leur diplôme, mais peuvent éventuellement obtenir quelques semaines de stages à options avant d'obtenir leur diplôme.
 - En général, les étudiants du Québec sont limités à un maximum de 3-4 semaines de stages à options (l'allocation varie selon l'école) en vertu de l'assurance responsabilité de l'école.
 - Après l'obtention du diplôme, vous devrez probablement payer et organiser vos propres stages à option, et payer votre propre assurance responsabilité si vous obtenez un stage à option. Faites des recherches approfondies sur les stages des écoles qui vous intéressent, car certaines écoles proposent des programmes qui aident les étudiants à souscrire une assurance responsabilité civile et à participer aux stages.

Considérations spécifiques pour les stages à options:

- Il est recommandé de ne pas effectuer un stage que vous avez déjà effectué, c'est-à-dire dans la même discipline et à la même école, à moins que vous n'ayez une bonne raison de le faire.
- Envisagez de faire des stages à options d'une durée plus longue, car ils peuvent permettre d'obtenir une lettre de recommandation qui témoigne d'une évaluation plus complète de vos compétences.
- Si vous avez des difficultés financières ou un manque de temps, envisagez de faire une plus grande partie de vos stages à options dans votre école d'origine. Cela ne sera peut-être pas aussi néfaste qu'il n'y paraît. Des stages d'une durée plus longue peuvent également contribuer à réduire les coûts liés aux déplacements.
- **Pour les candidats en médecine familiale, assurez-vous d'avoir une bonne expérience et d'obtenir au moins un ou deux stages à option en milieu rural.**
- Pendant ces stages, il est conseillé de ne pas cacher votre expérience de non-jumelage, car le personnel ou les résidents peuvent être plus compréhensifs et chercher à vous défendre. Il n'est cependant pas possible d'exclure la stigmatisation liée au fait de ne pas avoir été jumelé. Ne vous découragez donc pas, mais restez confiant si les précepteurs semblent rechercher une faiblesse. Essayez de parler le moins possible de la discipline que vous avez choisie précédemment, car on pourrait croire que vous n'êtes pas prêt à vous engager

Programmes de maîtrise :

- De nombreux établissements proposent des programmes de deuxième cycle basés sur des cours (ou des thèses) qui peuvent être achevés en un an.
- Tout d'abord, identifiez les domaines qui vous intéressent (par exemple, l'enseignement médical, la santé mondiale, la santé publique, les finances), puis recherchez des programmes possibles dans votre établissement d'origine et ailleurs. Votre bureau des affaires étudiantes pourra vous fournir plus d'informations sur les programmes qui pourraient être plus avantageux que d'autres.

Appliquer l'année suivante aux États-Unis

Pour les étudiants non-jumelés qui sont prêts à traverser la frontière, les États-Unis offrent une grande opportunité de jumelage, car il y a beaucoup plus de postes de résidence disponibles. Gardez toutefois à l'esprit que le processus nécessitera beaucoup de temps et d'efforts, et que même les États-Unis ont un problème croissant de non-jumelage. **Il est recommandé aux candidats potentiels de consulter leur bureau des affaires étudiantes pour obtenir des ressources sur la manière de réussir leur jumelage aux États-Unis.** Veuillez vous reporter à la section 4.2 pour de plus amples informations.

Vous trouverez ci-dessous quelques points clés à prendre en considération :

- **Les programmes de résidence exigent la réussite des examens de l'USMLE.**
- Étant donné que les entretiens sont proposés sur une base continue (dès octobre), il est conseillé de tout préparer pour la période de septembre, lorsque les candidatures sont acceptées pour la première fois.
- **Les candidats prennent souvent 4 à 8 semaines de stages à options dans leurs programmes préférés pour améliorer leur compétitivité.** Il s'agit essentiellement d'entretiens. Ils sont également coûteux et peuvent nécessiter la souscription d'une assurance contre les fautes professionnelles auprès de l'école d'origine (si elle n'est pas fournie par l'hôpital américain).
- **Les candidats potentiels doivent consulter ceux qui ont suivi cette voie en contactant leur bureau des affaires étudiantes.** Ils peuvent fournir des perles telles que les programmes (ou même les États) qui ont tendance à ne pas prendre les diplômés canadiens.

Une ressource que certains étudiants non-jumelés qui souhaitent faire une résidence en chirurgie ont trouvé utile est [US Surgeon](#), qui est une agence qui aide les étudiants à trouver des postes de résidence aux États-Unis et qui les assiste dans le processus de demande de VISA. Vous pouvez envoyer un courriel à director@ussurgeon.net en indiquant 'uCMG' dans l'objet du message pour explorer ce processus.

Poser sa candidature tout au long de l'année dans d'autres pays

Pour les étudiants non-jumelés qui souhaitent étudier à l'étranger, d'autres pays comme la Nouvelle-Zélande et l'Australie proposent des programmes de formation en résidence qui commencent en janvier. Chacun de ces pays et programmes de résidence aura ses propres exigences et, à ce titre, il est recommandé à chaque étudiant en médecine de peser le bénéfice potentiel d'un séjour d'études à l'étranger et les quelques mois économisés du fait d'être non-jumelé, avec le temps et le stress que représente la poursuite des candidatures dans les pays et les programmes de résidence à l'étranger. Les étudiants qui souhaitent éventuellement exercer au Canada doivent effectuer des recherches approfondies sur le processus propre à leur(s) pays d'intérêt. Il n'est pas facile de revenir au Canada après avoir effectué une résidence à l'étranger. L'obtention d'un permis peut prendre des années, voire nécessiter de refaire certaines parties de la résidence et/ou d'autres formations.

5.4 Ne pas accéder aux études médicales postdoctorales PGME

Cette option consiste à graduer avec un diplôme de docteur en médecine et à chercher un emploi qui n'exige pas la complétion d'une résidence. Cette option élimine la possibilité d'accéder à sa licence provinciale et l'individu ne peut donc pas fournir des services médicaux à des patients de manière autonome. Il existe pourtant des compagnies (p.ex. l'industrie pharmaceutique, les firmes d'experts-conseils) qui embauchent ceux avec des diplômes de docteur en médecine comme des consultants et des intermédiaires. Ce parcours professionnel exige une réflexion approfondie vis-à-vis le genre de carrière désiré, mais est tout de même une option que certains ont considéré auparavant.

Entre autres, les carrières suivantes valorisent un diplôme de docteur en médecine :

- Consultant médical
- Recherche ou administration en éducation médicale
- Liaison médicale dans l'industrie pharmaceutique
- Doctorat de recherche ou post-doctorat en recherche clinique

Une citation de Greg Malin, MD PhD Enseignant médical, Université de Médecine, Université de Saskatchewan, Professeur d'anatomie et Directeur académique, Programme d'éducation médicale prédoctorale, greg.malin@usask.ca

« J'ai complété mon diplôme de docteur en médecine en 2004 et durant ma dernière année, j'ai décidé de ne pas postuler à la résidence car ma femme et moi anticipaient notre premier enfant. J'ai décidé de prendre une pause d'une année. Après avoir obtenu mon diplôme, j'ai accepté un poste d'enseignant-chercheur dans un laboratoire d'anatomie, car durant mon année de pause je voulais garder contact avec la médecine et car j'avais toujours adoré l'anatomie. C'est là que j'ai découvert ma passion pour l'enseignement, qui surpassait même ma passion pour la médecine clinique et le contact avec les patients. Du temps et des réflexions approfondies ont été nécessaires afin de reconnaître ce fait et de décider que je ne poursuivrai pas ma formation en médecine clinique. Ensuite, j'avais à trouver comment poursuivre l'enseignement et l'éducation comme carrière. J'ai donc approché mon doyen à l'époque et il m'a expliqué que si je ne voulais pas m'engager dans la médecine clinique, j'aurais à établir mes qualifications comme enseignant, donc la complétion d'une maîtrise et doctorat en éducation. C'était l'étape logique considérant mon intérêt pour l'enseignement. Cela m'a pris environ huit ans à compléter (une durée raccourcie est possible, mais j'enseignais à plein temps pour l'Université simultanément). Je perçois ma maîtrise et mon doctorat comme une « résidence. » Ce n'était pas facile, mais je n'ai jamais regretté ma décision. Avec cette carrière, je me sens quand même connecté à la médecine, mais de façon différente. C'est essentiel de comprendre que mon parcours a été guidé par ma passion et mon intérêt à enseigner, qui ont été engendrés par cette première expérience d'enseignement en anatomie. Ce n'était pas un plan de secours. Il se peut que ça vous prenne un certain temps afin de découvrir votre passion et c'est possible qu'elle ne soit pas liée à la médecine – et c'est correct. Pourtant, l'essentiel est de discuter avec les autres, de réfléchir ou d'explorer des intérêts. Tout comme la résidence, plus d'effort et d'apprentissage feront partie du parcours. Mon parcours est inhabituel et il existe donc peu de mentors, alors il me ferait plaisir d'être un contact. »

5.5 Le mentorat et l'orientation professionnelle

Une année sans être jumelé à un programme de résidence peut être difficile et déroutante. Un bon mentorat et des services d'orientation professionnelles peuvent vous apporter des avantages tant professionnels qu'émotionnels. Heureusement, il existe plusieurs ressources pour soutenir et guider les étudiants non-jumelés.

Ressources disponibles	Informations
Réseau de soutien par les pairs CMG pour les étudiants non-jumelés	Collègues mentors qui aident à naviguer l'année à venir. Envoyez un courriel à education@cfms.org afin d'être jumelé à un mentor.
Bureau local des affaires étudiantes	Les services offerts varient d'une école à l'autre, mais peuvent inclure : <ul style="list-style-type: none">•Analyse de votre candidature•Révision des lettres personnelles et des mises en candidature•Commentaires des directeurs de programmes•Pratique des techniques d'entrevue•Renseignements sur des projets de recherche, des programmes de cycles supérieurs et d'autres options de carrière•Accès à des collègues mentors locaux
Précepteurs ou mentors	Plusieurs précepteurs se feront un plaisir de vous aider à déterminer les difficultés auxquelles vous avez fait face, de vous donner une rétroaction par rapport aux manières d'améliorer, de vous écrire de fortes lettres de référence pour votre prochaine mise en candidature ainsi que vous offrir des conseils professionnels.
Firmes de conseils (MedApplications , MD Consultants)	Les services incluent : <ul style="list-style-type: none">•Sessions individuelles avec des mentors résidents et médecins•Révision des mises en candidature•Pratique d'entrevue
Programme de santé des médecins (PHP)	Processus confidentiel qui peut être initié en contactant la ligne sans frais 1-800-851-6606

Liens pour les informations ci-dessus

Unmatched CMG Peer Support Network
MedApplications
MD Consultants
PHIP

5.6 Aide Financière

La dette accumulée au cours des études en médecine ainsi que le potentiel d'en accumuler encore plus à travers les futures demandes de candidature et/ou une année sans rémunération peut causer de nombreuses préoccupations. **Vous trouverez ci-dessous quelques ressources pour aider à réduire le stress financier.**

<i>Ressources disponibles</i>	<i>Informations</i>
Rabais FEMC	<p>Durant les 2 dernières années, la Banque Scotia et MD ont travaillé avec la FEMC pour offrir une assistance financière de 150\$ aux gradués canadiens afin d'appliquer en 2e itération. La Banque Scotia et Gestion financière MD sont fiers de supporter cette initiative en tant que partenaire exclusif en services financiers de la FEMC. Veuillez contacter education@cfms.org pour plus d'informations.</p> <p><i>Référez-vous à la section 4.1 pour plus d'informations sur les autres rabais.</i></p>
Programmes de bourses d'études	<p>Contactez votre Bureau des affaires étudiantes pour déterminer quelles bourses ou aide financière vous sont disponibles.</p>

5.7 Conseils d'étudiants non-jumelés

Spécialité	Conseil
R1 Médecine familiale	<p>Si vous allez réessayer de faire une demande pour une spécialité compétitive, trouvez-vous un mentor influent qui est prêt à plaider pour vous. Leur influence peut considérablement changer la façon dont vous serez perçus pour le prochain cycle de demande.</p> <p>C'est normal de prendre du temps pour penser à ce qui est arrivé. Presque chaque résident non-jumelé (maintenant heureusement jumelé) que j'ai rencontré a pris au moins 4 à 8 semaines de vacances.</p> <p>Ne vous préoccupez pas de ce que vous ne pouvez pas contrôler. Concentrez-vous plutôt sur ce que vous pouvez changer.</p> <p>Contactez et demandez des conseils de vos précepteurs, mentors, et même résidents que vous avez rencontré pendant vos stages à option. J'ai formé la plupart de mes contacts cette année via le réseautage.</p> <p>Pour une fois, vous avez véritablement le temps de considérer ce que vous désirez. Prenez le temps et demandez-vous honnêtement ce que vous voulez dans la vie.</p> <p>Vous pouvez faire autant ou aussi peu que vous désirez pendant cette année où vous n'êtes pas jumelé. Pour une fois, personne ne vous dit ce que vous devez faire (ce qui peut être angoissant), mais ça veut aussi dire que chaque jour peut être plaisant !</p> <p>La médecine ne définit pas votre vie et le CaRMS est un système imparfait par nature. Ce n'est pas vous le problème.</p> <p>Prenez le temps de vous détendre et d'explorer vos loisirs. Près de 90% de mes entrevues CaRMS à ma deuxième tentative concernaient mes intérêts.</p> <p>À moins qu'il y ait une raison évidente pour laquelle vous n'avez pas été jumelé, ne perdez pas votre temps à essayer de comprendre pourquoi vous n'avez pas été jumelé parce qu'il n'y a probablement pas de bonne réponse. Si la question est posée, donnez une réponse générique et discutez de comment vous avez changé comme individu et candidat(e) au cours de cette année.</p> <p>N'oubliez pas de respirer.</p>
R1 Anesthésie	<p>Trouvez-vous un mentor si vous n'en avez pas. C'est correct de contacter un résident précédemment non-jumelé pour vous guider à travers cette année.</p> <p>Ne laissez pas cet événement vous définir, c'est considérable mais gérable.</p> <p>Rencontrez vos conseillers aussitôt que possible pour établir un plan.</p> <p>Essayez d'apprendre quelque chose à travers cette expérience, soit à propos de vous-même ou du processus.</p> <p>Approchez tous vos contacts si vous prévoyez postuler une deuxième fois.</p> <p>Ne percevez pas un changement dans votre but de spécialité en tant qu'une défaite, c'est l'opportunité parfaite pour réévaluer vos objectifs.</p> <p>Personne ne vous juge, contactez vos amis pour du soutien.</p>
R3 Neurochirurgie	<p>Tout d'abord, prenez soin de vous-même.</p> <p>Ecrivez les examens USMLE.</p> <p>Restez engagé dans les soins cliniques. Idéalement, complétez une 5ème année ou un programme d'externat prolongé si c'est offert par votre université. Les directeurs de programme veulent voir que vous êtes véritablement intéressés aux soins des patients.</p> <p>Travaillez vers une maîtrise.</p>
R1 Anatomopathologie	<p>Participez à un projet de recherche.</p>

RÉFÉRENCES

- "Advice on Electives." Dalhousie University. Accessed December 30, 2018. <https://medicine.dal.ca/departments/core-units/student-affairs/career-support/advice-on-electives.html>.
- "AFMC Student Portal - About." Accessed June 2, 2019. <https://www.afmcstudentportal.ca/About>.
- "Answers to Common Questions Quick Reference Guide for Students." Accessed December 30, 2018. https://www.afmcstudentportal.ca/content/pdf/Answers_to_Common_Questions_Quick_Reference_Guide_for_Students.pdf.
- "Application to the US (ERAS)." CaRMS (blog). Accessed December 30, 2018. <https://www.carms.ca/the-match/application-to-the-us-eras/>.
- "Booking-Electives.Pdf." MD Consultants. Accessed December 30, 2018. <http://mdconsultants.ca/wp-content/uploads/2017/12/Booking-electives.pdf>.
- "Countries in the EU and EEA." GOV.UK. Accessed March 18, 2019. <https://www.gov.uk/eu-eea>.
- "Couples Ranking Example." CaRMS (blog). Accessed December 30, 2018. <https://www.carms.ca/match/r-1-main-residency-match/applicant/ranking-r1/couples-ranking-example-r1/>.
- "Elective Scheduling Help Document for Students." University of Manitoba, January 4, 2018. http://umanitoba.ca/faculties/health_sciences/medicine/education/undergraduate/media/Help_Me_With_Electives.pdf.
- "Fixing the 'Match': How to Play the Game." Accessed December 30, 2018. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3399603/?otool=icaumlib>.
- "How It Works." CaRMS (blog). Accessed December 30, 2018. <https://www.carms.ca/the-match/how-it-works/>.
- "How to Book Electives - Medical Student's Society." Accessed December 30, 2018. <http://www.mcgillmed.com/elective-and-career-planning-made-ridiculously-simple/how-to-book-electives/>.
- "Match Fees." CaRMS (blog). Accessed June 2, 2019. <https://www.carms.ca/match/r-1-main-residency-match/match-fees-r1/>.
- "MCCQE Part I | Medical Council of Canada." Accessed June 2, 2019. <https://mcc.ca/examinations/mccqe-part-i/>.
- NHS Employers. "Working and Training in the NHS Guide for International Medical Graduates." Accessed March 18, 2019. <http://www.nhsemployers.org/case-studies-and-resources/2014/08/working-and-training-in-the-nhs-a-guide-for-international-medical-graduates>.
- "NMS | About the Match." Accessed December 30, 2018. <https://natmatch.com/matchingprogram.html>.
- "Playing With Matches." Simons Foundation, September 24, 2010. <https://www.simonsfoundation.org/2010/09/24/playing-with-matches/>.
- "Policies." CaRMS (blog). Accessed December 30, 2018. <https://www.carms.ca/policies/>.
- "The Sveriges Riksbank Prize in Economic Sciences in Memory of Alfred Nobel." Accessed December 30, 2018. <https://www.nobelprize.org/prizes/economic-sciences/>

Unsure of what comes next? We're here to help.

Brought to you by MD Financial Management, onboardMD makes the complicated world of med school easier for you to navigate. Get exclusive tools and information that will simplify your path to becoming a physician in Canada.

Your journey in medicine starts here.

Download the app for free



onboardMD.com



onboardMD.com is owned and operated by MD Financial Management. For more information about MD, check out md.ca.

