

STEVEN PALANCHUCK

Médecin interniste, Québec

Celles et ceux qui soignent se taisent, le plus souvent, sur leur propre détresse. En novembre 2024, il a rompu ce silence dans La Presse, en racontant la sienne. Depuis, il travaille à ce que d'autres puissent parler.

Un balado documentaire, un conte illustré, des prises de parole. Sans recette ni leçon.

BALADO

Soigner jusqu'à se briser, depuis janvier 2025. Vingt-deux épisodes et deux épisodes spéciaux.

LIVRE

L'Île, conte illustré. Parution numérique le 6 novembre 2026, en français et en anglais.

CONFÉRENCES

Sur invitation. Établissements de santé, facultés, congrès, associations, groupes de résidents.

SITE

stevenpalanchuck.com



Photo : Studio Magenta, 2026

CONTACT

Steven Palanchuck
steven@vocinova.com

Une seule adresse pour la presse, le livre et les invitations.

EN LIGNE

stevenpalanchuck.com
[LinkedIn](#) · [Facebook](#) · [YouTube](#)

MATÉRIEL

Portraits haute définition, pochette du balado et couverture du livre : page 4.

BIOGRAPHIE

VERSION COURTE

Steven Palanchuck est médecin spécialiste en médecine interne générale à Santé Québec Montérégie-Centre et chef du service des soins intensifs de l'Hôpital du Haut-Richelieu. Il est professeur adjoint d'enseignement clinique à l'Université de Sherbrooke. En novembre 2024, il a raconté dans La Presse ce qu'il avait traversé. Il a créé ensuite le balado documentaire Soigner jusqu'à se briser, où des soignant·es racontent ce que le système ne montre pas. L'Île, un conte illustré, est son premier livre; il paraît le 6 novembre 2026.

VERSION LONGUE

Steven Palanchuck est médecin spécialiste en médecine interne générale à Santé Québec Montérégie-Centre, où il a fondé le service de médecine interne générale, et chef du service des soins intensifs de l'Hôpital du Haut-Richelieu, à Saint-Jean-sur-Richelieu. Il vit à Montréal. Il est professeur adjoint d'enseignement clinique à l'Université de Sherbrooke, où il a obtenu son doctorat en médecine avec mention d'honneur en 2013. Il a reçu le prix Hugh M. Scott en 2013 et a été chef résident du CIUSSS de l'Estrie et du CHUS de 2016 à 2018. Il est Fellow du Collège royal des médecins et chirurgiens du Canada.

En novembre 2024, il a raconté dans La Presse ce qu'il avait traversé. Depuis, il travaille à ce que d'autres puissent parler. En janvier 2025, il a lancé le balado documentaire Soigner jusqu'à se briser, né des suicides de médecins autour de lui et de son propre épuisement : des entrevues longues avec des médecins, des infirmières, des résidentes, des psychologues et des proches, vingt-deux épisodes et deux épisodes spéciaux à ce jour, trente-sept mille téléchargements audio et soixante-deux mille visionnages sur YouTube. Il tient un blogue dans Profession Santé et a fondé en 2024 VociNova, la nouvelle voix des soignant·es.

L'Île, son premier livre, est un conte illustré pour adultes et pour la classe. Il paraît en édition numérique le 6 novembre 2026, en français et en anglais. Il donne des conférences sur invitation.

REPÈRES

FONCTIONS	Chef du service des soins intensifs, Hôpital du Haut-Richelieu. Spécialiste en médecine interne générale, Santé Québec Montérégie-Centre, fondateur du service de médecine interne générale. Professeur adjoint d'enseignement clinique, Université de Sherbrooke.
FORMATION	Doctorat en médecine avec mention d'honneur, Université de Sherbrooke, 2013. Prix Hugh M. Scott, 2013. Chef résident du CIUSSS de l'Estrie et du CHUS, 2016 à 2018. Fellow du Collège royal des médecins et chirurgiens du Canada, médecine interne.
TEXTES	Trois textes dans La Presse : Qui soigne les soignants? (25 novembre 2024, le témoignage par lequel tout a commencé), puis mars 2025 et mai 2026. Blogue dans Profession Santé, dix billets depuis juin 2025.
LANGUES	Français, anglais.
LIEU	Vit à Montréal, travaille en Montérégie.

SOIGNER JUSQU'À SE BRISER

BALADO DOCUMENTAIRE, DEPUIS JANVIER 2025



Le balado est né de deux choses : des suicides de médecins autour de lui, et son propre épuisement. Des médecins, des infirmières, des résidentes, des psychologues et des proches y racontent la fatigue, le silence, la dépendance, la plainte, le retour. Des entrevues longues, d'une demi-heure à près d'une heure et demie, où l'on prend le temps. Vingt-deux épisodes et deux épisodes spéciaux à ce jour.

Trente-sept mille téléchargements audio et soixante-deux mille visionnages sur YouTube depuis le lancement, en date de septembre 2026. Disponible sur Spotify, Apple Podcasts, YouTube et Amazon Music. Tous les épisodes : vocinova.transistor.fm

POUR COMMENCER

Ton cerveau te parle. Vas-tu enfin l'écouter?

Sonia Lupien, Ph. D., neuroscientifique. Le stress chronique lu comme un message, pas comme une faiblesse. Vingt-huit minutes.

Quitter pour survivre

Alice et Maude Gagnon, ex-résidentes en médecine. Quitter la médecine quand rester coûterait plus cher. Une heure vingt-cinq.

Tous les maillons du soin gardent une empreinte

Catherine de Ravinel, Laetitia Jourdan et Pantxika Ostiz, infirmières en oncologie. La fatigue de compassion, vue par celles qu'on entend peu. Cinquante-neuf minutes.

L'ÎLE

CONTE ILLUSTRÉ. PARUTION NUMÉRIQUE LE 6 NOVEMBRE 2026, FRANÇAIS ET ANGLAIS



Deux hommes échouent sur une île après un naufrage. L'un fait des cartes, l'autre coupe du bois. Deux mille mots, quatorze chapitres et un épilogue, qui se lisent en vingt minutes et se relisent longtemps. Après le témoignage et le balado, un conte, parce que certaines choses se disent mieux sans être nommées : deux hommes qui font avec ce qu'ils ont. Écrit et fabriqué d'abord pour un seul lecteur.

On raconte qu'il existe, au-delà des routes connues et inconnues, un trésor. Personne ne sait à quoi il ressemble. On raconte qu'il est inestimable. Qu'il est irremplaçable. Qu'il est introuvable.

L'édition numérique ajoute au conte une section de questions en trois niveaux, sans réponses, pour la table, la classe ou un soir seul, et un cahier de fabrication. Les illustrations ont été conçues et dirigées par l'auteur et réalisées avec l'aide de l'intelligence artificielle; le livre le dit et montre les images écartées.

Prix 7,99 \$. ISBN 978-2-9825568-1-2 (EPUB), 978-2-9825568-2-9 (PDF). The Island, traduit du français par l'auteur : 978-2-9825568-3-6 (EPUB), 978-2-9825568-4-3 (PDF). Points de vente et guide d'accompagnement gratuit pour la classe : sur stevenpalanchuck.com à la parution. Exemple de presse sur demande.

CONFÉRENCES

SUR INVITATION

Devant des établissements de santé, des facultés, des congrès, des associations ou des groupes de résidents, Steven Palanchuck parle de la détresse de celles et ceux qui soignent, de la culture du silence en médecine et du retour après l'arrêt, à partir de ce que le balado lui a appris et de ce qu'il a vécu.

Conférence, atelier ou discussion avec la salle, selon le lieu et le temps. La rencontre peut aussi prendre la forme d'un épisode du balado enregistré devant public, avec un invité, diffusé ensuite.

Pour l'inviter, un courriel avec le public, la période envisagée et le lieu suffit : steven@vocinova.com

PRESSE ET MÉDIAS, SÉLECTION

SES TEXTES

Qui soigne les soignants?

La Presse, novembre 2024

Quand le silence devient
dépendance

La Presse, mars 2025

Ce qui n'est pas mesuré n'est pas
soigné

La Presse, mai 2026

ON A ÉCRIT

Trente-cinq médecins décrivent
leur trou noir

La Presse, juin 2025

Un jeune médecin spécialiste qui a
frappé un mur

Le Journal de Montréal, juillet 2025

Détresse et suicides chez les
médecins

Noovo Info, juin 2026

ENTREVUES

La souffrance silencieuse des
soignants

Radio-Canada, Le genre humain

« L'enjeu dans notre milieu, c'est
beaucoup le silence »

98,5 FM, août 2025

A Quebec doctor launches a
podcast

CJAD 800

Liste complète, datée : stevenpalanchuck.com/#presse

MATÉRIEL POUR PUBLICATION

PORTRAITS

Deux portraits haute définition (1600 × 2400 px). Crédit
photo : Studio Magenta, 2026.

Regard direct, chemise verte

Regard de côté, chemise rayée

POCHETTE

Soigner jusqu'à se briser, 2000 × 2000 px.

COUVERTURE

L'Île, 2000 × 2500 px.

CE DOSSIER

stevenpalanchuck.com/dossier-de-presse.pdf

Usage libre pour la presse et les organisateurs. Mentionner le crédit photo (Studio Magenta, 2026). Ne pas recadrer la couverture ni la pochette.

