

Vive le Bel Âge!

Cahier publireportage
Le 1^{er} novembre 2011

La Voix de l'Est

**GROUPE
FORGET**
AUDIOPROTHÉSISTES



LA PERTE AUDITIVE VOUS ISOLE PEU À PEU
DE CEUX QUE VOUS AIMEZ.
CONTACTEZ LE GROUPE FORGET :
CELA POURRAIT CHANGER VOTRE VIE...

POUR RENDEZ-VOUS
À GRANBY
OU
À COWANSVILLE
450-372-1022

TOUS LES MODÈLES ET TOUTES
LES TECHNOLOGIES VOUS SONT OFFERTS.
JE M'ENGAGE À TROUVER AVEC
VOUS UNE SOLUTION ADAPTÉE
À VOTRE PERTE
D'AUDITION!

Plus de 60 cliniques au Québec, dont 2 en région.



ÉLISABETH TÊTU
Audioprothésiste
Groupe Forget

1 800-OREILLE
GROUPEFORGET.COM

1

1

1

Vive le Bel Âge

Aînés au volant : surveillés pour leur sécurité

Attention, *boomeurs* vieillissants au volant ! La moyenne d'âge des automobilistes suit inexorablement la courbe démographique : nos routes seront-elles plus dangereuses ?

Balayons d'emblée un préjugé : le papi à casquette contre lequel vous pestez, si impatient que vous êtes de rentrer à la maison après le boulot, n'a pas souvent d'accrochages en bagnole. Vous auriez plutôt intérêt à vous méfier de l'autre casquette, celle qui orne la tête du jeune pressé !

Quoique peu nombreux, les 16 à 24 ans sont impliqués dans le quart des accidents avec blessures. Les jeunes parcourent plus de kilomètres, sont plus téméraires, conduisent plus souvent ivres...

Cela étant clarifié, constatons néanmoins que le Québec vieillit. Et que le dossier préoccupe la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ). « On a toujours eu des

conducteurs âgés, mais ce qui arrive, c'est qu'avec le baby-boom, on prévoit qu'il va y avoir une augmentation majeure », observe le Dr Jamie Dow, médecin-conseil spécialiste de la santé des conducteurs.

« Il faut faire bien attention de ne pas généraliser et appliquer à toutes les personnes âgées l'odieux d'être ralenties et tout le reste. Il y en a qui sont extrêmement en forme, fait-il remarquer. Mais si on regarde l'ensemble des personnes, plus on est âgé, plus on est susceptible d'avoir des problématiques, par exemple avec la vision... Il y a très peu de gens de 80 ans qui ne portent pas de lunettes. Les aînés ne sont pas plus à risque d'avoir des accidents, ils sont plus à risque d'avoir des conditions médicales qui peuvent affecter leur capacité à conduire. »

« Et avec l'âge, on devient normalement plus frêle. Si on a le malheur

d'être impliqué dans un accident, les blessures ont tendance à être plus graves, plus sérieuses. » Même lorsque les bobos sont limités, la récupération est plus longue, pimentée de complications.

Statistiques

- Les conducteurs de 16 à 24 ans représentent 10 % des détenteurs de permis de conduire et sont impliqués dans environ 25 % des accidents avec dommages corporels.

- Les conducteurs de plus de 65 ans représentent 15 % des détenteurs de permis de conduire et sont impliqués dans environ 8 % des accidents avec dommages corporels.

- Un homme de 25 ans a quatre fois plus de risques d'avoir un accident que son père de 40 ans. Un homme de 65 ans a 1,2 fois plus de risques d'avoir un accident que son fils de 40 ans.



L'expérience, un atout

« Les personnes âgées ont un avantage, c'est qu'elles ont de l'expérience ! Elles peuvent prévoir les situations qui peuvent être risquées et les éviter. » Une multitude de recherches scientifiques démontrent que le conducteur expérimenté a une meilleure anticipation des me-

naces sur la route que le plus jeune, insiste le Dr Dow. Les aînés freinent plus tôt, ralentissent lorsqu'ils perçoivent un danger, alors qu'une personne sans expérience n'a pas assez de vécu pour reconnaître les situations explosives – le jeune est sauvé toutefois par ses vifs réflexes !

Source : cyberpresse

Comment réduire votre risque d'arthrose



(EN) L'arthrose étant une maladie très répandue, plusieurs personnes croient qu'il s'agit d'une conséquence inévitable du vieillissement. Or, l'apparition de l'arthrose du genou (ou gonarthrose), par exemple, tient à divers facteurs dont bon nombre sont étroitement liés au mode de vie. Voici quelques conseils utiles de la Société de l'arthrite pour réduire vos risques de recevoir un diagnostic de cette affection chronique.

- L'obésité est un important facteur de risque pour l'apparition et l'évolution de la gonarthrose. Si vous avez du poids en trop, vos pieds, genoux et hanches supportent une plus grande charge qu'ils ne le devraient. La bonne nouvelle, c'est que le fait de perdre du poids, ne serait-ce que 4,5 kilos, peut vous aider à vous

L'exercice constitue un moyen très efficace pour atténuer l'arthrose.

sentir mieux et vous éviter de devoir subir dans l'avenir une arthroplastie.

- Vous devez éviter de surmener vos articulations, notamment en restant trop longtemps accroupi ou à genoux, ou en soulevant de lourdes charges à répétition. Nos articulations ne sont pas conçues pour supporter les efforts répétés auxquels nous les soumettons en exécutant nos nombreuses tâches quotidiennes.

- Protégez-vous contre les accidents causés par le sport. À la suite d'une blessure, l'arthrose se déclare souvent dans les articulations « lésées ». Les sports de contact qui soumettent les articulations à de fortes pressions, les activités comportant des mouvements très répétitifs ainsi que les sports comme le basketball et le soccer où les joueurs doivent pivoter sur une seule jambe en s'appuyant de tout leur poids sur leur

genou causent souvent des blessures qui, mal guéries, peuvent entraîner de l'arthrose par la suite.

- À la suite d'une blessure, faire de l'exercice peut contribuer à prévenir la gonarthrose, car le mouvement est bénéfique pour une articulation enflammée ou en guérison. Il est toutefois essentiel de bien suivre l'ordonnance de votre médecin, de reposer complètement votre articulation et de suivre un programme de réadaptation. Même si vous souffrez déjà d'arthrose, l'exercice renforce les muscles, les tendons et les ligaments qui protègent les articulations et constitue un moyen très efficace pour atténuer vos symptômes. Même dans les cas graves, faire de l'exercice régulièrement et avec modération réduit les risques de devoir subir un jour une arthroplastie du genou.

2A CAHIER PUBLIREPORTAGE - LA VOIX DE L'EST - MARDI 1^{ER} NOVEMBRE 2011

Le Sieur
COMPLEXE FUNÉRAIRE
Respect, Dignité et Économie

Emplacement dans un de nos columbariums pour aussi peu que **225 \$** pour une durée de **99 ans** sans frais supplémentaires (moins cher qu'un creusage au cimetière, pour une niche communautaire).

Pour respecter vos émotions et vos choix

Renseignez-vous!

Le columbarium, une alternative peu coûteuse. Saviez-vous que vous pouvez vous procurer un...

NOUVEAU!

250 NOUVELLES PLACES

200 \$ de rabais

Sur présentation de votre annonce, dans un délai de 30 jours.

Emplacement privé et vitré avec une urne de laiton à partir de seulement **8,50 \$ / mois***

Emplacement communautaire et vitré avec urne de marbre à partir de seulement **5,50 \$ / mois***

60, boul. Pte IX, Granby • 450 777-1414 | 5140 Foster, Waterloo • 450 539-5551

www.lesieur.ca

*Calculé sur 120 mois avec assurance décès. Le montant peut varier selon l'âge de la personne. Offre d'une durée limitée.

Ma
de tem
vous p
tir en
trop v
pecter.
concep
chance
Très
le a pou
prenan
appréc
À l'o
le plus
de tem
ne le p
gner d'
d'échan
les habi
de conc
le respe

Le
m

Le b
dienn
années
de la m
person
publiée
canadie
Ce d
cinq ans
cament
lement,
par l'Ins
recherch
Toronto
Neurolo
Ses a
siers mé
tients ch

Vive le Bel Age

Slow Travel: l'art de voyager plus lentement



vous serez plus à même de découvrir la nature, la culture et la gastronomie d'une région.

Ne résidez plus une seule nuit dans un hôtel avant de vous déplacer. D'ailleurs, ne vous déplacez plus. Rester sur place, loin des circuits touristiques, est la meilleure façon de s'imprégner d'un endroit. Louez un petit studio avec cuisinette. Préférez le marché public et ses produits du terroir, au restaurant. Mêlez-vous le plus possible à la population locale.

Le *slow travel*, c'est également un voyage écologique et responsable, qui minimise votre impact sur l'environnement de votre lieu de voyage.

Vous pensiez prendre l'avion pour effectuer une liaison entre deux villes? Prenez le train. Vous pensiez prendre un taxi? Prenez le vélo. Vous serez surpris par les ren-

contres que vous ferez au détour d'un chemin. Après tout, n'est-ce pas un des véritables plaisirs de la retraite... Le temps de vivre y prend tout son sens!

Source: cyberpresse

Maintenant que vous avez plus de temps à consacrer à vos passions, vous pouvez vous permettre de partir en voyage plus longtemps, sans trop vous soucier d'horaires à respecter. C'est pourquoi le nouveau concept *Slow Travel* a de bonnes chances de vous séduire.

Très simple, cette nouvelle formule a pour but de vous faire voyager en prenant votre temps, afin que vous appréciiez davantage l'expérience.

À l'opposé de la course pour voir le plus de choses possible en moins de temps possible, le *slow travel* prône le plaisir de s'arrêter, de s'imprégner d'un lieu, de prendre le temps d'échanger, d'écouter, de rencontrer les habitants. C'est une autre manière de concevoir ses vacances, en mêlant le respect de l'autre à l'aventure.

Depuis combien de temps n'avez-vous pas profité d'un petit verre de quelque chose, à l'ombre d'un petit café, perdu quelque part en Europe ou ailleurs, avec absolument rien d'autre à faire? Depuis quand ne vous êtes-vous pas amusé à vous perdre dans une ville inconnue? La curiosité et l'ouverture d'esprit sont les premières qualités requises pour être un bon *slow traveller*. Ainsi,



Le bilinguisme freine la maladie d'Alzheimer

Le bilinguisme pratiqué quotidiennement retarde de plusieurs années l'apparition de symptômes de la maladie d'Alzheimer chez les personnes âgées, selon une étude publiée par un groupe de chercheurs canadiens.

Ce délai de grâce peut aller jusqu'à cinq ans, un résultat qu'aucun médicament existant ne permet actuellement, selon cette étude réalisée par l'Institut Rotman du Centre de recherches gériatriques Baycrest de Toronto et publiée dans la revue *Neurology*.

Ses auteurs ont examiné les dossiers médicaux de plus de 200 patients chez qui la maladie d'Alzheimer

avait été diagnostiquée et ont constaté que ceux qui avaient parlé souvent deux ou plus de deux langues pendant plusieurs années bénéficiaient d'un délai allant jusqu'à cinq ans dans l'apparition de symptômes de perte de fonctions mentales.

L'équipe de chercheurs comprend notamment un spécialiste connu de la cognition, le Dr Fergus Craik, de l'Institut Rotman, un expert en bilinguisme, le Dr Ellen Bialystok, de l'Université York et un spécialiste de la maladie d'Alzheimer, le Dr Morris Freedman.

«Nous ne disons pas que le bilinguisme peut prévenir la maladie d'Alzheimer ou d'autres désordres

cérébraux, mais il peut contribuer à créer des réserves cognitives dans le cerveau qui semblent retarder l'apparition de symptômes d'Alzheimer pendant un bon bout de temps», a déclaré le Dr Craik. Ces symptômes sont la perte de mémoire, la confusion et les difficultés pour résoudre des problèmes et prévoir les événements à venir.

Les découvertes de l'équipe du Dr Craik s'ajoutent à d'autres recherches scientifiques selon lesquelles des facteurs tels que l'exercice physique et une alimentation saine peuvent aider le cerveau face au déclin de ses capacités cognitives.

Source: cyberpresse

Pierrette Messier
PODIATRE



- CORS • CALLOSITÉS
- ONGLES INCARNÉS
- VERRUES PLANTAIRES
- ORTHÈSE SUR MESURE



146, rue Alexandra, Granby
450 372-4735

Votre santé,
c'est NOTRE priorité!

Carole Khalil
Pharmacienne-proprétaire



Émilie Fournier-Favreau, Julie Perreault,
Marjolaine Grenier, pharmaciennes et
Carole Khalil, pharmacienne-proprétaire

Affiliée à

Accès pharma
chez Walmart

Galeries de Granby, 75 Simonds Nord 450 375-6871

Reconnue pour l'excellence de ses soins évolutifs La résidence Le Riverain : au cœur de votre vie !

Publireportage

Située au centre-ville de Granby, la résidence Le Riverain jouit d'un emplacement de choix. Entièrement climatisé, codé et sécurisé, le complexe est situé à proximité du CLSC et du centre hospitalier. Il offre une grande variété de services et de loisirs pour être toujours au cœur de votre vie.

Un niveau de service de très grande qualité

Reconnue pour la qualité des soins évolutifs offerts, Le Riverain a réussi à mettre en place un niveau de service de très grande qualité s'adressant à une clientèle en perte d'autonomie; des soins et services structurés par du personnel qualifié et d'expérience.

Ainsi, sous l'œil attentif du personnel infirmier, présent 24/7 jours et supervisé par une directrice de soins, les résidents bénéficient d'un programme de soins personnalisé

selon l'état de santé de la personne. Une unité de soins adaptée a également été aménagée afin de répondre aux besoins des résidents souffrant de déficits cognitifs. À

souligner que les services de répit et convalescence sont offerts.

Un dévouement sans pareil

«Notre dévouement pour les personnes âgées, vous ne le retrouverez nulle part ailleurs», mentionne M. Normand Breault, directeur général, qui possède 40 ans d'expérience dans le domaine.

De plus, le milieu de vie animé par un grand nombre d'activités permet à une clientèle autonome et en perte d'autonomie de vivre dans une ambiance chaleureuse et conviviale.



Le directeur général Normand Breault pose ici avec quelques employées. Dans l'ordre habituel, assises : Kathleen Bolsvert, préposée aux bénéficiaires; Guyaine Lacerte, préposée à la salle à manger. Debout : Laurence Dubé, préposée aux bénéficiaires; Normand Breault, Brigitte Blanchard, directrice des soins infirmiers; Geneviève Bazinet, infirmière et Madeleine Côté, adjointe au directeur général.



La Résidence Principale :

Une vie heureuse dans un milieu de vie dynamique et stimulant !

La Résidence Principale vous propose l'équilibre idéal entre un centre-ville au charme authentique et des paysages naturels enchanteurs. En flânant entre les vieilles demeures coloniales de Cowansville, vous trouverez tous les services essentiels à votre bien-être alors que, pour votre détente, vous pourrez aussi vivre en harmonie avec la nature, à proximité du lac Davignon.

environnement accueillant et chaleureux où famille et amis sont toujours les bienvenus. De plus, vous aurez la possibilité de cuisiner vos propres petits plats ou de profiter d'un service de repas complet à la salle à manger, élaboré par un chef cuisinier et validé par une équipe de diététistes.

Des activités à votre mesure

La Résidence Principale vous offre confort, sécurité et vous fait profiter d'une foule de services dans un

«Les activités à la Résidence Principale reflètent notre engagement à satisfaire les six dimensions du

bien-être : physique, sociale, intellectuelle, émotive, spirituelle et professionnelle», explique la responsable à l'animation, Mme Kristine Logan. À cette vie sociale enrichissante, débordante d'activités et propice à la naissance de grandes complicités, se conjugue toute une gamme de services sur mesure pur que vous puissiez continuer à vaquer à vos occupations et vous adonner à vos loisirs préférés en cas de perte d'autonomie légère. De plus, la Résidence Principale est un fier partenaire des aînés de Brome-Missisquoi.

Un personnel attentif et compétent

En constante formation, le personnel chaleureux et dévoué œuvre avec les spécialistes de la santé pour vous permettre de conserver ce style de vie stimulant qui vous est si



De gauche à droite, Johanne Tremblay, adjointe à l'administration; Michel-Charles Perron, directeur général et Maryse-Lyne Gaumont, responsable des soins et services.

cher. «Notre personnel est formé tant au niveau des soins que du secourisme. De plus, la résidence se distingue par sa certification de conformité de l'Agence de la santé et des services sociaux de la Montérégie», explique le directeur général, M. Michel-Charles Perron.

Principale inaugurerait son unité de soins. Que ce soit pour un séjour permanent, une convalescence ou un répit, elle offre à sa clientèle les meilleurs soins et services dans un environnement sécuritaire et confortable.

La sécurité et le confort avant tout

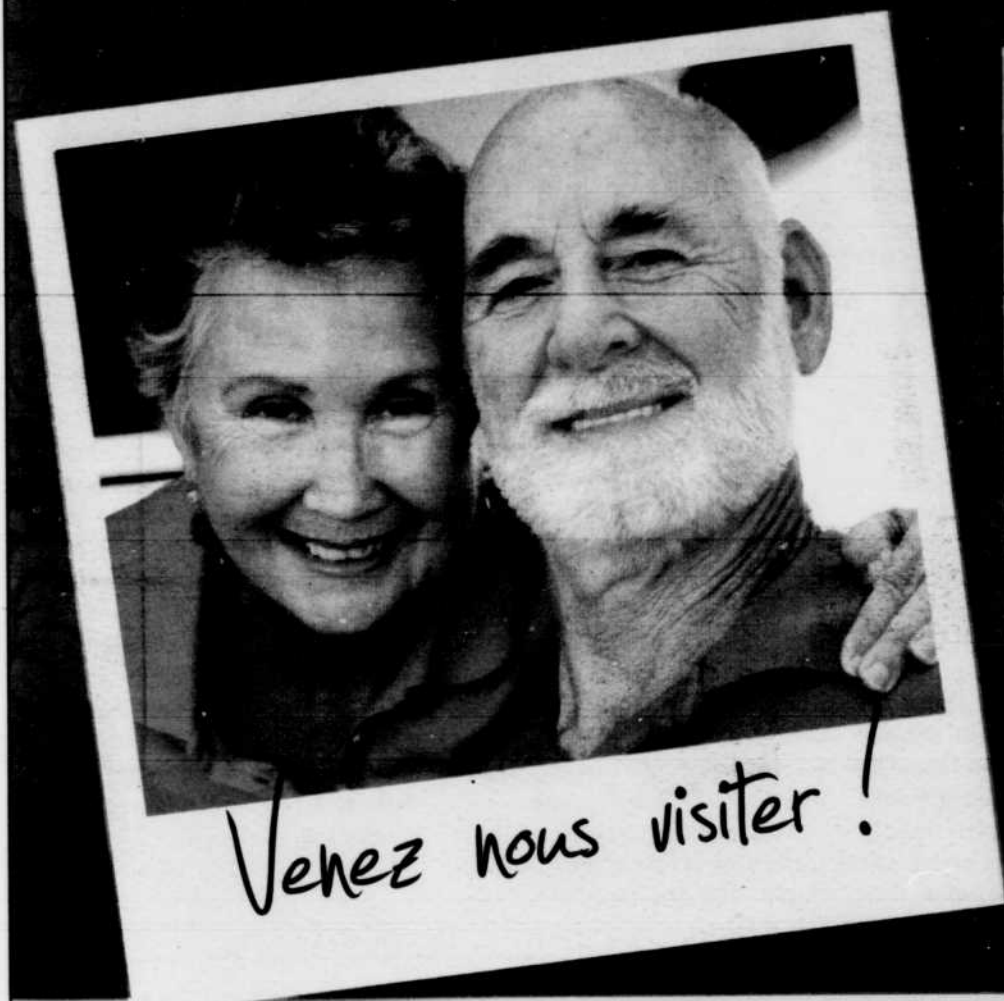
En juin 2010, la Résidence

Environnement, ambiance dynamique et conviviale et sourires des résidents font de la Résidence Principale un milieu où il fait bon vivre !



La Résidence Principale est un fier partenaire des aînés de Brome-Missisquoi

Des gens de cœur dans votre quartier



Venez nous visiter !



Résidence Le Riverain



Résidence Principale



RÉSIDENCE PRINCIPALE

Une vie heureuse dans un milieu dynamique et stimulant!

La Résidence Principale vous offre confort, sécurité et vous fait profiter d'une foule de services dans un environnement accueillant et chaleureux où famille et amis sont toujours les bienvenus. De plus, vous aurez la possibilité de cuisiner vos propres petits plats ou de profiter d'un service de repas complet à la salle à manger, élaboré par un chef cuisinier et validé par une équipe de diététistes.

Services pour retraités autonomes et semi-autonomes :

- > Appartements avec cuisine
- > Suites en pension complète (repas inclus)
- > Unité de soins pour retraités en perte d'autonomie
- > Convalescence et répit

450 263-6001 poste 526
339, rue Principale, Cowansville



RÉSIDENCE LE RIVERAIN

Une attention particulière pour une vie paisible...

Vous êtes à la recherche d'une résidence réputée et établie depuis de nombreuses années ? La Résidence Le Riverain est une des plus importantes résidences privées dans la région de Granby à offrir des services pour des personnes semi-autonomes et non autonomes. Notre équipe vous apportera tous les soins et l'attention auxquels vous vous attendez.

Services pour personnes semi-autonomes et non autonomes :

- > Chambres semi-privées et individuelles
- > Unité de soins
- > Convalescence et répit

450 375-3660
34, rue Principale, Granby

Vive le Bel Âge

La génération sandwich : prise entre l'arbre et l'écorce

Fiston revient de l'école secondaire et dévore le contenu du réfrigérateur. Papa et maman, épuisés après une journée de boulot, se mettent à table. Voilà que le téléphone sonne : grand-papa a besoin d'être conduit à l'hôpital... Bienvenue dans l'univers de la génération sandwich, prise dans un moment charnière entre l'arbre qui pousse et l'écorce qui vieillit...

S'occuper de ses parents vieillissants a toujours été dans les mœurs, mais la donne a changé. Les gens vivent plus vieux, les femmes ont des carrières en dehors de la maison, les enfants, moins nombreux, arrivent

parfois tard, restent longtemps... et reviennent même chez papa et maman dans les moments difficiles.

L'image d'une maison où l'ado vivrait dans le sous-sol, les parents à l'étage et les grands-parents au premier illustre à merveille l'idée de génération sandwich, qui englobe les adultes âgés de 40 à 55 ans, qui doivent s'occuper à la fois de leurs ados et de leurs propres parents. Un exercice qui demande beaucoup d'équilibre.

« Il faut savoir en parler », insiste Patsy Clapperton, psychologue en développement organisationnel.

« Souvent, on va tout prendre sur nos épaules, poursuit-elle. Il faut essayer de redistribuer les rôles d'une certaine façon. Il y a encore des familles qui sont assez nombreuses et pour qui c'est plus facile, mais ce qu'on voit de plus en plus souvent, c'est que les enfants sont éparpillés un peu partout géographiquement, ce qui fait qu'une seule personne en vient à prendre beaucoup de décisions pour le parent. »

Quand la maladie et la perte d'autonomie frappent à la porte de nos parents, il est parfois difficile de concilier cette réalité à un horaire déjà très chargé entre le travail, l'école, les enfants, la maison... « Devenir un proche aidant, en clair, ça veut dire passer plus de temps à accompagner le parent vieillissant, soit pour des rendez-vous médicaux, soit dans l'entretien ménager, les courses, les repas, les soins corporels... », énumère Patsy Clapperton.

« C'est difficile émotivement de voir que son parent perd des capacités et a besoin davantage d'aide. Il y a une dynamique psychologique là-dedans », précise-t-elle, en rappelant qu'il y a une ligne à ne pas franchir pour se protéger. « Il y a parfois une inversion des rôles, une espèce d'in-



fantilisation où l'enfant va tout faire à la place du parent et va le brimer. Même vieux, on a besoin de sentir qu'on est encore en contrôle de notre vie », explique Mme Clapperton.

« On sous-estime beaucoup ce que ça veut dire vieillir, en termes de demande d'adaptation pour la personne âgée », poursuit-elle. Elle insiste sur l'importance de se préparer à cette réalité, qui survient parfois plus vite qu'on l'aurait pensé.

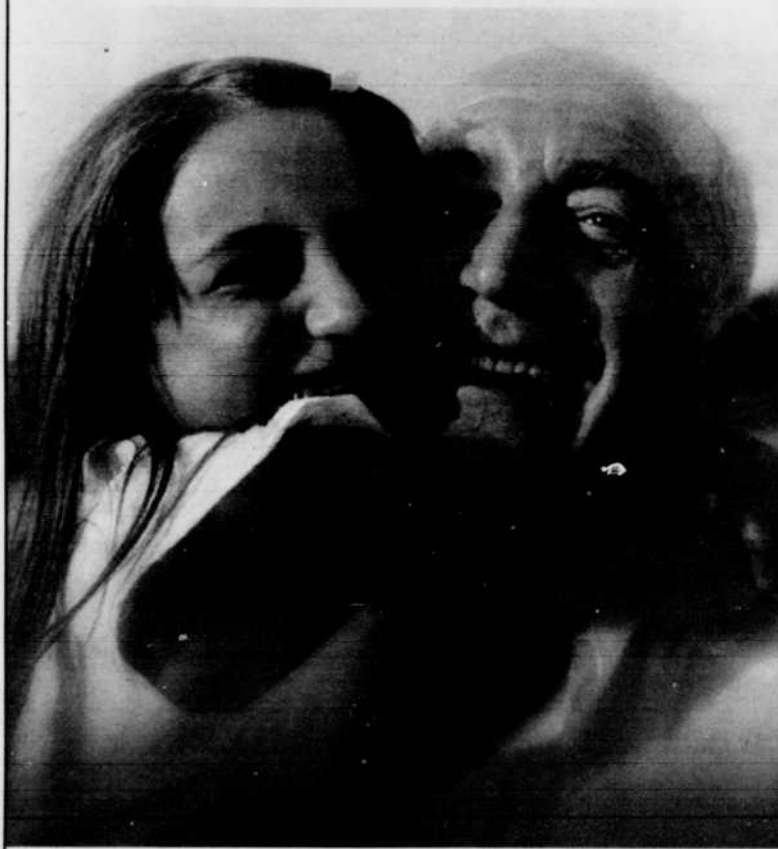
Et quand elle survient, il faut en parler avec la famille, mais aussi au travail. « Ça fait longtemps qu'on

milite pour la conciliation travail-famille, pour les jeunes familles, les garderies et tout ça, mais maintenant, la réalité, c'est que si on a à dire : « Je vais m'absenter pour aller reconduire mon père ou ma mère à l'hôpital », est-ce qu'on a l'ouverture et la possibilité de le faire ? », poursuit la psychologue. « Toute la sensibilisation reste à faire. Ce n'est qu'un début. C'est nouveau, cette réalité-là de la génération sandwich », conclut-elle.

Source : cyberpresse

Serrer vos grands-parents dans vos bras et dites: « Merci d'avoir fait ce que tu as fait pour que je puisse exister! »

[Alex Haley]



6A CAHIER PUBLIREPORTAGE - LA VC IX DE L'EST - MARDI 1^{er} NOVEMBRE 2011

Bessette ^{40°}
RÉSIDENCES ET JARDINS FUNÉRAIRES

Le témoignage d'une vie

www.famillebessette.com

GRANBY | BROMONT | ROXTON POND
VALCOURT | WATERLOO

997, rue des Colombes, Granby
450 777-1171 • 1 888 730-6666

Croquez dans la vie !



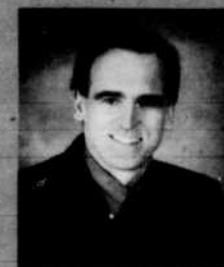
Retrouvez
vos dents de jeunesse

Consultez une équipe d'expérience
en implantologie

Centre de santé dentaire Robert Cabana

114 St-Charles Sud, Granby • 450 372-6511

À votre service
depuis 34 ans !



Robert Cabana, D.D.
Denturologiste



Dr. Eric Chastelain
Chirurgien-dentiste

2197049

Au delà de
12 000 prothèses
fabriquées
depuis plus de
34 ans !

Vive le Bel Âge

Un programme pour évaluer les résidences pour aînés

Le Réseau FADOQ a lancé le 11 octobre un programme visant à évaluer les services et la qualité de vie dans les résidences privées pour personnes âgées partout au Québec.

Le programme Qualité-Logi-être évaluera, de façon volontaire, cinq axes de la vie en résidence : l'identité, l'intimité, le confort, la sécurité et la participation.

Les résultats des visites d'appréciation, qui devraient être connus vers la fin de l'année 2012, permettront de mettre sur pied un Bottin Qualité Logi-être qui pourra servir de guide aux familles et aux professionnels lorsque vient le temps de choisir une résidence.

De plus, les résidences visitées recevront un sceau de reconnaissance sur une échelle d'un à cinq, permettant de connaître rapidement les établissements qui ont accepté d'être visités.

Le programme sera financé par le ministère de la Santé et des Services sociaux ainsi que par le ministère de la Famille et des Aînés.

Dans un premier temps, les ré-



sidences de neuf régions pourront s'inscrire volontairement au programme, mais l'objectif du Réseau FADOQ est d'implanter le programme partout dans la province.

Le président du Réseau FADOQ, Jean-Claude Grondin, a expliqué que la qualité de vie varie grandement d'une résidence à l'autre en raison de

la grande variété des établissements. Selon lui, il était donc important de s'intéresser à la qualité de l'environnement et des services offerts dans chacune des 2300 résidences du Québec afin d'offrir un outil d'information aux familles et de les aider à faire un choix éclairé.

Source : cyberpresse

Se casser la hanche quintuple le risque de mortalité chez les femmes

Les femmes qui se fracturent la hanche entre 65 et 69 ans ont cinq fois plus de risque de mourir dans l'année qui suit que leurs semblables, en raison entre autres des complications post-opératoires, révèle une étude américaine publiée en septembre 2011.

Ce risque double pour les femmes âgées de 70 à 79 ans et triple pour les femmes de plus de 80 ans, explique cette étude financée par l'Institut national américain de la santé et publiée dans les Archives de la médecine interne.

« Cette étude est un appel à la vigilance sur l'année qui suit une fracture de la hanche chez les femmes âgées et en particulier celles de 65 à 69 ans qui sont confrontées à un risque de mort bien plus élevé que leurs semblables », a expliqué Erin LeBlanc, l'auteur principal de cette étude.

Il y a environ 1,6 million de fractures de la hanche par an, dont 51 % en Europe et en Amérique. Environ la moitié des femmes de plus de 50 ans qui se fracturent un os souffrent d'ostéoporose, selon la Fondation nationale américaine contre l'ostéoporose.

Cette étude a porté sur près de 10 000 femmes qui ont participé entre 1986 et 1988 dans quatre villes américaines à une étude sur l'ostéoporose.

Au cours des vingt dernières années, 1116 femmes du groupe se sont cassé la hanche. En fonction de leur âge, les données les concernant ont été comparées à celles de 4 464 autres femmes qui ne s'étaient pas cassé la hanche. « Parmi celles qui s'étaient cassé la hanche et qui sont mortes dans l'année, plus de la moitié sont mortes dans les trois

mois après la fracture et près de trois quarts dans les six mois », ont précisé les chercheurs.

Ces chiffres montrent le rôle clé que joue la fracture de la hanche dans la détérioration générale de la santé d'une femme, a expliqué une des co-auteurs de cette recherche.

Source : cyberpresse

Désourdy
salons funéraires —
funeral homes

Jean-Pierre et
Robert Désourdy
Propriétaires

*Une présence
rassurante.*

Cowansville
ADMINISTRATION
104, rue Buzzell — 450-263-1212

Anges Gardien
233, rue St-Joseph — 450-293-4474

Cowansville
109, rue William — 450-263-1212

Henryville
124, rue St-Georges — 450-299-2033

Farnham
CRÉMATORIUM
1500, rue St-Paul Nord — 450-293-4474

Knowlton
318, chemin Knowlton — 450-263-1212

Mansfieldville
4, rue Vale Perkins — 450-292-3204

Sutton
31, rue Principale Sud — 450-263-1212

ST-CHRISTOPHE
Hôtel-Boutique & Spa

Temps de Vivre

Soin visage Physiadermie
anti-âge avec sérum et
combinaison de traitement
IPL REFIRM

PROMO
149\$
Rég. 299\$

OU

Soin visage Physiadermie
anti-âge avec sérum et
combinaison de
microdermabrasion

PROMO
109\$



2726867

Spa
ST-CHRISTOPHE

255, rue Denison Est, Granby, QC
hotelstchristophe.com
1 877 405-4782 | 450 405-4782

JK CENTRE DE SANTÉ
DENTAIRE
Dre VALÉRIE KHALIL



SAVIEZ-VOUS QUE ...

certaines affections
respiratoires peuvent être
causées par l'inhalation
de bactéries identifiées
comme responsables de
maladies parodontales ?



Dre Marie-Lou Picard

CENTRE DE SANTÉ DENTAIRE D^{re} VALÉRIE KHALIL



475, rue Dufferin, Granby 450 360-0660
www.dentistgranby.com

2622278

Votre chez-vous!

Les Résidences Soleil

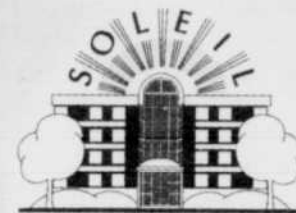
APPARTEMENTS
1 1/2 à 4 1/2
Prix compétitifs

Venez nous visiter tous les jours...
Si vous n'avez pas de moyen
de transport, on peut même aller
vous chercher sur rendez-vous.



Visite tous les jours,
ne soyez pas gêné!

LES RÉSIDENCES



GRUPE SAVOIE

Une entreprise familiale
Les Services

- Sécurité 24 heures
- Activités animées
- Terrasses ensoleillées
- Salles d'artisanat, de jeux, billard
- Infirmière-auxiliaire ou préposée 24 h
- Système de caméras
- Entretien ménager
- Service médical et visite de médecin
- Stationnements intérieurs et extérieurs
- Comité de résidents qui organise les activités avec la direction
- Bibliothèque
- Autobus
- Dépanneur, coiffeuse
- Salle à manger
- Excellente nourriture à volonté préparée par un chef diplômé
- Services bancaires
- Électricité, eau chaude, chauffage inclus
- Système d'alarme urgence et incendie dans chaque appartement
- Piscine intérieure
- Sauna, spa
- Ascenseurs
- Chapelle, chorale
- Et plus encore...

Nous vous offrons des programmes avantageux:

Bénéfice Soleil

Lorsque vous atteignez **90 ans ou plus** et que vous habitez *Les Résidences Soleil* depuis **au moins 10 ans**, vous n'avez plus d'augmentation sur le loyer de base, et ce, tant et aussi longtemps que vous demeurez dans *Les Résidences Soleil*.

Avantage Soleil

Lorsque vous atteignez **95 ans** et que vous habitez *Les Résidences Soleil* depuis **au moins 5 ans**, vous n'aurez plus d'augmentation sur le loyer de base, tant et aussi longtemps que vous habitez *Les Résidences Soleil*.

Privilège Soleil

Lorsque vous atteignez **100 ans** et que vous habitez *Les Résidences Soleil* depuis **au moins 10 ans**, vous aurez la gratuité pour votre loyer (moins les services) tant et aussi longtemps que vous habiterez *Les Résidences Soleil*.

Court séjour, convalescence ou période d'essai!

Notre concept de court séjour et convalescence permet aux gens du bel âge de s'offrir de petites vacances ou encore de se reposer en toute tranquillité après leur sortie de l'hôpital. **À partir de 50 \$/jour**, incluant 3 repas et commodités.

Pour se refaire une santé, choisissez notre personnel qualifié, la tranquillité et la sécurité de nos résidences. Vous méritez ce qu'il y a de mieux.



M. Eddy Savoie, fondateur
Président du CA



Une entreprise familiale
Le Groupe Savoie

Les Résidences Soleil
MANOIR GRANBY
235 Denison Est, Granby
450 378-4400

L'assurance des Résidences Soleil

Si vous n'êtes pas satisfait durant le premier mois chez nous, vous pourrez résilier votre bail.



Les Résidences Soleil
MANOIR GRANBY
235, rue Denison Est, Granby 450 378-4400

Visites tous les jours de 9 h à 17 h
Sans frais 1 800 363-0663

