

# Votre retraite



- 2 Résidence de l'Anse  
Sous-vêtement DiscreetWear
- 3 Résidence du Campanile
- 4 Manoir et Cours de l'Atrium  
Clinique du pied Équilibre
- 5 Résidence Jazz
- 8 Bérubé Brassard
- 9 « Un héritage à partager »  
Manoir Le Flandre
- 11 Château de Bordeaux



## Votre audition vous joue-t-elle des tours ?

Vous avez besoin d'une prothèse auditive ? Deux technologies sont disponibles : la **prothèse numérique** et la **prothèse analogique**. Les personnes actives ou qui ont un problème de discrimination (qualité sonore) vont préférer la technologie numérique qui offre la possibilité de filtrer certains bruits nuisibles et de conserver les sons de la conversation.

La prothèse analogique n'a pas de filtre aussi performant, mais elle peut suffire aux personnes moins actives.

### Saviez-vous que...

Le coût de certaines prothèses auditives peut être entièrement payé par la Régie d'assurance maladie du Québec, la CSST, les anciens combattants et les assurances privées. Renseignez-vous ?



**Bérubé • Brassard**

Audioprothésistes • Prothèses auditives

L'oreille... entendre battre la vie.

QUÉBEC Centre Professionnel Pierre-Bertrand  
Tél. : 522-3656 303, boul. Pierre-Bertrand,  
Sans frais : 1 800 363-7386 local 208

LORETTEVILLE Clinique médicale l'Ornière  
Tél. : 842-5455 11000, boul. l'Ornière  
Sans frais : 1 866 444-0056

LÉVIS 53, avenue Bégin  
Tél. : 835-0497  
Sans frais : 1 866 903-0123

Une période d'expérimentation vous convaincra de l'efficacité de nos prothèses auditives.

REPORTAGE PUBLICITAIRE

## Résidence pour retraités à prix « abordable »

Quand vient le temps de choisir une résidence pour personnes retraitées autonomes ou en légère perte d'autonomie, on pense d'abord au confort et à la sécurité. Le facteur monétaire vient, par contre, tout près derrière. « Vais-je pouvoir me permettre ce luxe ? » C'est pour cette raison que le groupe Immeuble Populaire de Québec (IPQ), un joueur important dans l'immobilier de la Vieille Capitale, a tout mis en œuvre pour bâtir une résidence subventionnée.



Construite dans le cadre du programme « Logement Abordable Québec », la Résidence de l'Anse permet, depuis le printemps 2005, à plus de personnes retraitées autonomes de se loger dans un immeuble ayant les services dont ils ont besoin. « Notre prix est de 5 % inférieur au marché et nous travaillons présentement pour l'obtention de subventions de type supplément au loyer, ce qui permettrait à des personnes de se loger à coût vraiment avantageux » mentionne monsieur Michel Côté, directeur de la location chez IPQ.

### Au bord de la rivière

Situé aux abords de la Rivière Saint-Charles, c'est au 73, rue de la Pointe aux Lièvres, que cet immeuble de 7 étages s'est érigé. Les 67 logements neufs de 3 1/2 pièces offrent espace et

fenestration généreuse. La salle de bain est vaste et bien équipée pour accommoder les gens en légère perte d'autonomie.

Rien n'a été négligé dans l'élaboration de ce projet. Grande salle à manger, salon privé pour y inviter la famille et même un chef cuisinier sympathique ! Les appartements construits de façon sécuritaire ne contiennent aucun tapis et des échangeurs d'air y sont installés. Ils sont tous munis d'un balcon extérieur.

### Services offerts

Gardiens de sécurité jour et nuit (24 heures)  
Climatisation dans les espaces communs  
Salon de coiffure, dépanneur, chapelle et buanderie

### Animation

En soirée, il est possible de profiter d'un foyer et d'une vue sur la ville de Québec. L'hiver, ce sont les patineurs de la piste de la Pointe-aux-Lièvres qui viendront égayer le paysage de la résidence. Aussi, la ville de Québec construit présentement une aire de parc tout à côté. Boisé et plein air sont donc au rendez-vous, tout autant que les commodités de Limoilou et du centre-ville.

Étant donné la demande pour ce type de résidence accessible à tous, monsieur Côté mentionne que IPQ projette en construire d'autres à Beauport et à Charlesbourg. Voilà une bonne nouvelle !



## Une solution de rechange à l'incontinence

Il est un sujet qu'on évite d'aborder en groupe et qui pourtant concerne plus de 2 millions de personnes au Canada. Effectivement, la personne qui souffre d'incontinence garde souvent ce sujet délicat pour elle seule. En fait, c'est sans doute parce qu'elle se croit seule à être affectée par cette condition. Elle ne veut pas que les autres « sachent », alors elle camoufle son malaise avec les ressources disponibles. Pourtant, si elle doit porter des couches-culottes le problème devient parfois visible pour l'entourage. Sans compter qu'il est drôlement dispendieux à la longue d'utiliser ces produits jetables.

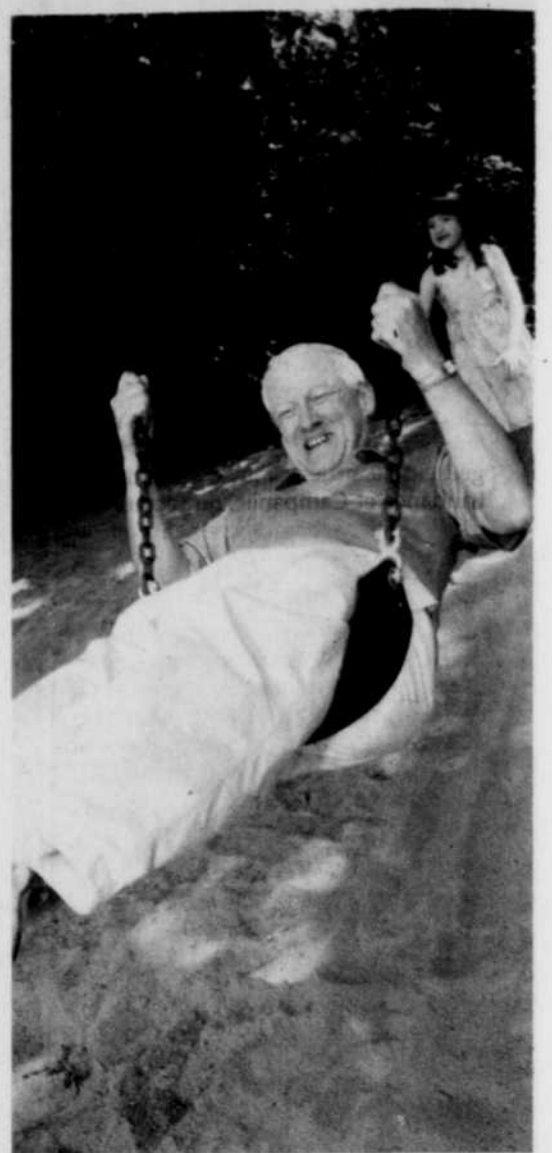
DiscreetWear présente une solution de rechange à l'inconfort des coussinets et des culottes jetables. Cette entreprise de Montréal distribue des sous-vêtements lavables et réutilisables qui absorbent de 130 à 240 ml (de 4 à 8 onces) de liquide selon le modèle. C'est donc en confiance qu'ils peuvent être portés. « Pourquoi est-ce qu'on ne m'a parlé de ça avant ? » se disent les gens qui découvrent ce nouveau produit. Sans doute parce qu'on ne parle pas de ces choses là ! Alors, il est temps d'ouvrir la discussion et de faire circuler la nouvelle, car en plus d'être confortables ils sont élégants.

### Fiable, économique et écologique

Le distributeur des sous-vêtements DiscreetWear au Canada, a d'abord découvert ce produit impressionnant en cherchant une solution pour ses propres parents. « Je trouvais l'utilisation des culottes de papier coûteuse et le produit peu confortable pour mes parents. », dit-il. Effectivement, l'utilisation d'un sous-vêtement lavable permet d'économiser jusqu'à 900 dollars annuellement par rapport aux produits jetables. (Économie basée sur l'usage de 3 jetables par jour). Et que dire des économies en terme de papier ! Ainsi, ces culottes réutilisables représentent également un choix écologique.

### Pour les hommes autant que pour les femmes

La magie du sous-vêtement DiscreetWear est qu'il est pratique et agréable à porter à la fois. On nomme ABSORB 2000, la doublure intégrée



qui permet cette grande absorption de liquide. La jolie culotte peut ainsi être lavée jusqu'à 200 fois et est disponible tant pour homme que pour femme. De fibres blanches variées (coton, coton-lycra ou nylon) les modèles sont soit coquets, à la mode ou simplement confortables. Un seul modèle se décline en trois coloris. Même les enfants souffrants d'incontinence nocturne et les nouvelles mamans, également affectées par ce problème, peuvent profiter de DiscreetWear. Ainsi, ni vue ni connue, voilà une solution confortable et bien pensée.

## Résidence de l'Anse

Logements neufs 2005  
Accès direct à la promenade de la rivière St-Charles

- Repas • Haute sécurité
- Animation • Loisirs • Ascenseur
- Salon de coiffure

## Résidences P'tit Village Giffard inc.

RÉSIDENCES SANS SERVICE  
Logements neufs  
Ouvert depuis mai 2005

Quelques logements encore disponibles

Pour information et location :  
522-8919

Tel. : (418) 522-8899  
Télex : (418) 522-0267  
Impq@immeublepopulaire.qc.ca  
www.immeublepopulaire.qc.ca



La force d'une équipe dynamique et performante en gestion immobilière

## Ni vue. Ni connue. Et tellement appréciée. DiscreetWear

La jolie culotte lavable qui triomphe des effets de l'incontinence

Pour incontinence légère à modérée  
Capacité d'absorption : 130 ml  
Doublure interne qui absorbe et retient les liquides  
Rien à ajouter, rien à enlever  
Garantie pour 200 lavages



Azalée D-05  
Dentelle 100% nylon  
Noir, Ivoire, Blanc  
**21\$**

Rosea D-06



Style élégant en coton extensible avec dentelle à la taille  
Blanc, coton/lycra

**20\$**

Jacinthe D-03



Jolis panneaux de dentelle sur les côtés  
Blanc 100% nylon

**18\$**

Camélia D-02



Coupe échancrée avec taille élastique dentelée  
Élégant et confortable  
Blanc 100% coton

**18\$**

Jasmine D-01



Style populaire  
Allure classique  
Stimule la confiance  
Blanc, coton/polyester

**18\$**

Emma D-04



Coupe échancrée avec dentelle souple à la taille  
Blanc, coton/lycra

**20\$**

Gentleman



Modèle populaire pour hommes  
Braguette horizontale  
Blanc, coton/polyester

**20\$**

Unisexe



Hommes et femmes  
Blanc, coton/polyester  
Pour une incontinence plus sérieuse.  
Absorbe jusqu'à 240 ml (8 oz)

**21\$**

Contactez-nous :  
DiscreetWear  
437, Beaumont Est  
St-Bruno QC J3V 2R2

Tél. : (450) 653-7089  
Fax : (450) 653-9131  
Courriel : sales@discreetwear.com  
Site web : www.discreetwear.com

### Commandez maintenant

Je désire commander les modèles suivants :

Exemple	Qté	Modèle	Grandeur	Couleur	Prix
2	D-05	P	N	42	

Nom : \_\_\_\_\_  
Adresse : \_\_\_\_\_ app. : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_  
Code postal : \_\_\_\_\_ Tél. : \_\_\_\_\_  
Chèque  MasterCard  Visa  Mandat poste  Ces produits ne sont pas taxables.  
Carte # : \_\_\_\_\_ Date d'expiration : \_\_\_\_\_

\* Frais de manutention et de livraison : 4,50\$. Livraison gratuite avec commande de 4 paires ou plus. Voir notre site web : www.discreetwear.com

## La Résidence du Campanile, un habitat pour des retraités amoureux de la vie

**L**es travaux de construction de la Résidence du Campanile vont bon train et les logements seront prêts en février 2006, tel que prévu. Un appartement-témoïn peut maintenant être visité sur le site même pour les personnes désireuses de visualiser ce que pourrait être leur nouvel environnement de retraite confortable.

En effet, La Résidence du Campanile propose en location 107 appartements haut de gamme comprenant : une vingtaine de studios, une soixantaine de 3 1/2 et une trentaine de 4 1/2. L'immeuble est avantageusement situé à l'intersection des rues Laudance et Campanile, un secteur de vie privilégié dans l'arrondissement Sainte-Foy. Le complexe est destiné aux personnes retraitées autonomes.

L'immeuble de cinq étages est de facture moderne et des plus sécuritaires. Le rez-de-chaussée abritera des commerces tandis que les logements, tous dotés d'un balcon individuel, occupent les quatre étages au-dessus. Un stationnement intérieur est aménagé au sous-sol.

### Confort et sécurité

« Tous nos appartements sont fonctionnels et spacieux » souligne Mme Marie-Josée Ruel, au cours d'une entrevue. Ils sont tous munis d'un système d'appel d'urgence et d'espaces pour accueillir une laveuse et une sècheuse, en plus d'un lave-vaisselle pour certains. Les électroménagers peuvent être inclus dans la location des studios.

La vie communautaire sera dynamisée par des activités sociales et de loisirs qui occuperont une place importante à l'intérieur de la résidence. Une magnifique salle à manger, avec service aux tables, motivera les résidents à fraterniser quotidiennement, au moins à l'occasion du dîner ou du souper. Il y aura aussi une chapelle, une bibliothèque, une salle de cinéma maison, une salle d'exercices physiques ainsi que du billard.

La retraite doit demeurer une période de vie heureuse et épanouissante, souligne la porte-parole du promoteur. La résidence est conçue pour que les gens se sentent chez eux tout en favorisant les contacts humains grâce à des espaces communs chaleureux. « Notre but est de leur procurer un environnement propice à exploiter au maximum les plaisirs de la vie. »

### Des services et... encore des services

Tout est prévu pour que l'ambiance à la Résidence du Campanile soit des plus agréables. « Nous voulons que les gens qui aiment la vie puissent en profiter sans souci », dit Mme Ruel. D'abord par un environnement sécuritaire avec un système d'alarme et des caméras de surveillance en plus du système d'appel d'urgence.

Puis, les occupants auront accès à de nombreux avantages et services comme, entre autres, la présence d'une infirmière sur les lieux 24 heures sur 24, le transport par minibus et une animatrice pour planifier des activités. Autre atout pratique, vous pourrez amener vos invités à la salle à manger et un appartement sera aménagé pour accommoder les visiteurs qui désireront passer la nuit à la résidence.

Il sera possible aussi d'obtenir des services « à la carte », selon vos besoins et goûts. Ainsi, une personne qui le souhaite ou parce qu'elle est en moins bonne condition physique, pourrait obtenir de l'aide pour l'entretien ménager, le lavage ou la fourniture de literie, à titre d'exemple.

En plus, les occupants habiteront un beau quartier à échelle humaine et offrant à portée de la main tous les services souhaités : épicerie, pharmacie, médecin, dentiste, parfumerie, librairie, tabagie, boutiques de vêtements, cadeaux et autres...

La Résidence du Campanile, c'est définitivement un milieu de vie confortable et sécuritaire pour les retraités amoureux de la vie! Pour en savoir plus ou pour prendre rendez-vous pour visiter l'appartement-témoïn, vous pouvez téléphoner à Mme Marie-Josée Ruel, au (418) 659-2889.

### Nouveau projet



## RÉSIDENCE DU CAMPANILE

pour retraités amoureux de la vie



### Occupation février 2006

## Au cœur de la vie de quartier du Campanile

Les retraités amoureux de la vie marchent en pleine nature, sortent prendre un café, achètent une bonne bouteille de vin, ramassent leurs vêtements chez le nettoyeur, se font couper les cheveux, prennent un rendez-vous chez le dentiste... À LEUR PORTE!

### 107 appartements en location

Studios, 3 1/2 et 4 1/2 avec ascenseurs, stationnement intérieur, sécurité 24 h, soins de santé disponibles 24 h, programme d'activités, salle à dîner, cinéma maison, bibliothèque, salon de billard, salle d'exercices, chapelle, salon avec piano.

### Venez visiter notre appartement témoin

**HEURES D'OUVERTURE :**  
Lundi au vendredi 10 h à 17 h  
Samedi et dimanche 13 h à 17 h

Venez rencontrer Marie-Josée Ruel au :

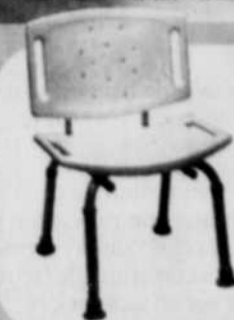
### BUREAU DE LOCATION

3700, du Campanile, bureau 104,  
Sainte-Foy

**418.659.2889**

Tout pour votre confort,

AUX **MEILLEURS PRIX**  
Obtenez jusqu'à **30% GARANTIS!**  
DE RABAIS



### BANCS DE BAIN

Ajustable  
avec dossier  
**45<sup>95</sup>\$**

Ajustable  
sans dossier  
**35<sup>95</sup>\$**



### OREILLER MEDIFLOW

À base d'eau!  
Quantités limitées  
**49<sup>95</sup>\$**

rég. 63\$

**149\$**

Grand choix  
de modèles  
à prix variés  
disponible



### MARCHETTE AVEC SIÈGE ET PANIER

### CRÈME POUR PIEDS GEHWOL

Enfin des crèmes efficaces  
pour tous les problèmes de pieds!



### ORTHÈSES PLANTAIRES SUR MESURE

- Consultation gratuite
- Respect de prescription médicales
- Techniques et matériaux de première qualité
- Rendez-vous rapide
- Obtenez 15% de rabais sur vos chaussures à l'achat d'orthèses plantaires.

### FAUTEUIL AUTO-SOULEVEUR IL VOUS SOULÈVE ET VOUS ASSOIT SANS EFFORT!



- Modèle Capri
- Choix de couleurs

**750\$**

(Quantités limitées)



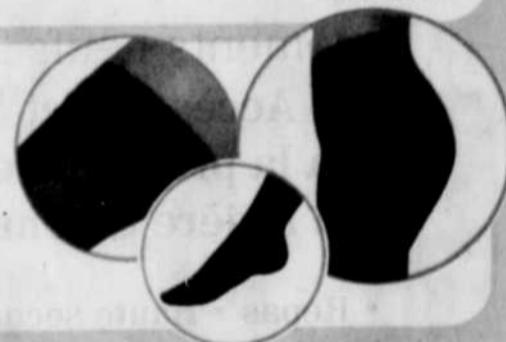
### LAMPES DE LUMINOTHÉRAPIE

GRAND CHOIX EN MAGASIN!

Reconnu pour le traitement de la dépression  
saisonnière associée aux « bleus de l'hiver ».  
À essayer absolument!  
Prix variés.

### BAS SUPPORT

pour jambes lourdes,  
enflées et fatiguées.  
Venez rencontrer nos conseillers!



### CHAUSSURES ET BOTTES «CONFORT»



Portofino, Merrel, New Balance, Pajar,  
Rockport, Sioux, Dunham, etc.

Nos « maîtres chausseurs » s'occupent de vous!  
Grand choix de pointures et de largeurs

### TRIPORTEURS ET QUADRIPOORTEURS

d'intérieur et d'extérieur

Le plus grand choix  
au Québec!

Neuf et usagé • Atelier complet de mécanique



# Savard

ORTHO • CONFORT

Complice de votre mieux-être

LÉVIS: 4727, boul. de la Rive-Sud

QUÉBEC: 2575, boul. Hamel Ouest

Trois-Rivières: 3000, boul. Saint-Jean

Tél.: (418) 833-6381

Tél.: (418) 681-6381

Tél.: (819) 376-5383

REPORTAGE PUBLICITAIRE

## Construction de 87 nouveaux appartements Le Manoir et Les Cours de l'Atrium s'agrandit pour vous!

**B**onne nouvelle pour les personnes retraitées de la grande région de Québec! En effet, Les Résidences Allegro réalisent actuellement d'importants travaux d'agrandissement qui amèneront l'ajout de 87 unités de type appartement à la résidence Le Manoir et Cours de l'Atrium à Charlesbourg. Destinée à une clientèle autonome, ce nouveau bâtiment haut de gamme accueillera ses premiers occupants dès l'été 2006.



### Tous les services sous un même toit

Reliée aux bâtiments existants situés au 545, rue Francis-Byrne, à Charlesbourg, la nouvelle section de la résidence comprendra un hall de prestige sur deux étages et un luxueux salon, sans oublier une vue imprenable sur la Haute-Ville de Québec. « Les occupants auront évidemment accès à l'ensemble des services actuellement offerts aux résidents du Manoir et Cours de l'Atrium, incluant services hôteliers, soins de base et loisirs », souligne M. Martel.

Situé à proximité de nombreux établissements commerciaux et de santé, Le Manoir et Cours de l'Atrium regroupera un total de 617 unités de logement à l'issue des travaux d'agrandissement, et ce, dans huit immeubles modernes, confortables et reliés entre eux.

Allegro est le plus important réseau de résidences privées pour retraités autonomes au Québec. En plus de compter 21 établissements dans la province, le réseau possède 8 établissements en Ontario, notamment dans les régions d'Ottawa et de Toronto. Les résidences membres du Réseau Allegro partagent une philosophie axée sur la qualité des services offerts à la clientèle et le respect des résidents. Pour plus d'informations sur votre nouvel appartement au Manoir et Cours de l'Atrium, communiquez au (418) 626-6060.



### La vie d'hôtel... à votre portée

Le projet d'agrandissement du Manoir et Cours de l'Atrium revêt vraiment toutes les caractéristiques d'un produit immobilier susceptible d'offrir la vie d'hôtel. Que ce soit à l'intérieur d'un appartement de type 3 1/2, 4 1/2 ou 5 1/2 pièces, tous les résidents profiteront de logements spacieux munis d'une multitude d'installations (Internet, aspirateur central, foyer électrique, etc.) et de services. « En fait, nous désirons offrir un maximum de confort à ceux et celles qui recherchent à la fois un style de vie tout près du condominium et la sécurité d'une résidence pour personnes retraitées », affirme le directeur régional.

## Profiter de la vie, c'est d'abord et avant tout une question... d'équilibre

**L**es personnes de 50 ans et plus sont actives de plus en plus longtemps. Pour les aider à conserver leur mobilité, il est bien important de prendre soin de leurs pieds. Souvent, une orthèse peut guérir bien des maux, mais peut aussi en prévenir d'autres, comme l'arthrose des genoux. La clinique du pied Équilibre a une solution adaptée à tous les besoins.



L'équipe d'orthésistes-prothésistes dynamique: Sonia Desrosiers, Christiane Tremblay, Danielle Boucher O.P. (d), directrice du laboratoire et Catherine Lavoie O.P. (d).

Fondée il y a 10 ans par Danielle Boucher, orthésiste-prothésiste et directrice de laboratoire, l'entreprise a connu un essor considérable au fil des ans. Maintenant présente dans de nombreuses cliniques médicales au Québec, elle possède une solide expertise dans le domaine de la biomécanique du pied et est dotée d'équipements à la fine pointe de la technologie.

Les spécialistes de la clinique du pied Équilibre sont aptes à détecter une mauvaise répartition du poids sur la surface des pieds, un désalignement de la cheville, des points de pression excessifs ou une inégalité des membres inférieurs. Ces anomalies peuvent engendrer des douleurs dans tout le corps: arthrose des genoux, déstabilisation de la position des hanches, douleurs au dos et diminution de la mobilité.

Après une analyse statique de la personne, un profil de son état de santé général, une étude de son mode de vie, elle est soumise à une analyse dynamique. On la fait marcher sur un tapis roulant et on filme sa démarche: amortissement du talon, appui du pied et propulsion. La clinique est la seule du genre au Québec, et même en Amérique du Nord à utiliser le système Ergo Walk.

Grâce à un logiciel ultrasophisticé, les spécialistes conçoivent et fabriquent une orthèse plantaire sur mesure, parfaitement adaptée

aux besoins du client. Les problèmes les plus fréquemment rencontrés sont les épines de Lenoir, les fasciites plantaires et les Hallux Valgus, mieux connus sous le nom d'oignons.

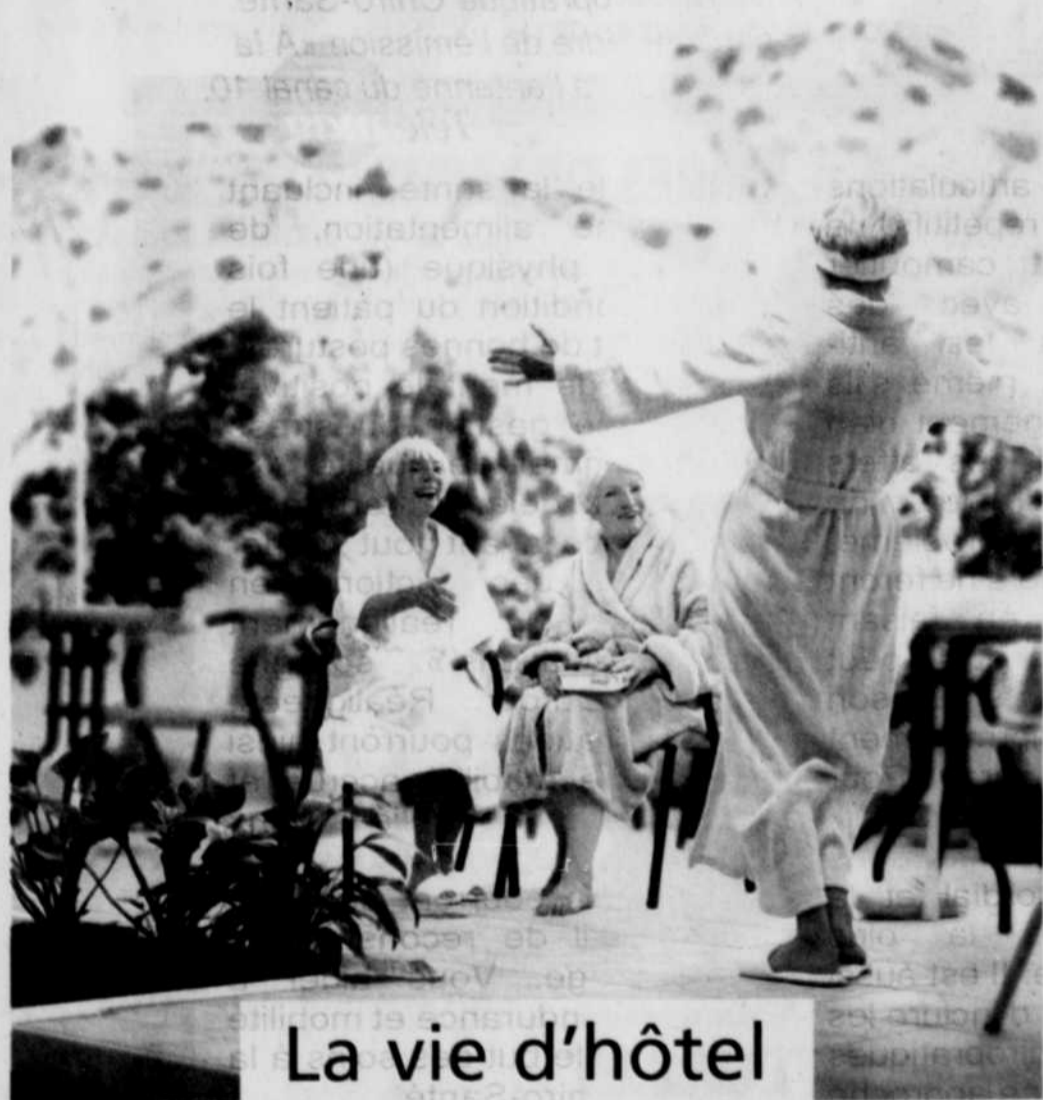
Outre les orthèses, la clinique du pied Équilibre propose un service d'ajustement de chaussures profondes, de fabrication de chaussures moulées et sur mesure, ainsi que de mesure pour les bas support.

« Nous offrons également des orthèses fines adaptées à une gamme de souliers fins, des modèles de plus en plus jolis, comme celui avec courroies et talons séparé, ajoute Danielle Boucher. Rien à comparer avec les modèles qui existaient lorsque j'ai débuté la pratique! »

Pour prise de rendez-vous ou pour obtenir plus d'informations, il suffit de composer le 683-PIED (7433).

**La clinique du pied Équilibre : pour le confort et le bien-être.**

### DU NOUVEAU CHEZ ALLEGRO



## La vie d'hôtel

87 NOUVEAUX APPARTEMENTS POUR RETRAITÉS AUTONOMES

### MANOIR ET COURS DE L'ATRIUM

Louez dès maintenant et personnalisez votre appartement!

Avec ses nouveaux appartements, le Manoir et Cours de l'Atrium vous propose de l'espace, un design moderne, des finis de qualité supérieure ainsi qu'une variété d'installations et de services assurant un maximum de confort et de sécurité à une clientèle retraitée autonome et dynamique. Louez votre appartement maintenant et choisissez parmi trois options de finis (offre d'une durée limitée).

545, rue Francis-Byrne  
Charlesbourg (Québec) G1H 7L3  
Hélène Paquet, conseillère en hébergement  
(418) 626-6060 hpaquet@residencesallegro.com



**Allegro**  
RÉSIDENCES

CONSULTATION GRATUITE

## Comment retrouver harmonie, confort et vitalité ?

Vos pieds vous font-ils souffrir lors de vos activités quotidiennes ?

Souffrez-vous de maux au bas du dos ?

Vos jambes sont-elles lourdes en fin de journée ?

**Orthèses 3D sur mesure**



Technologie avant-gardiste unique et brevetée

Conception assistée par ordinateur

Admissibilité à la plupart des programmes d'assurance

Plusieurs choix d'orthèses disponibles dont les orthèses fines de toilette

Garantie de satisfaction

**EXCLUSIF**  
Analyse informatisée de la marche, de la course et de la posture par caméra numérique et mesures biométriques

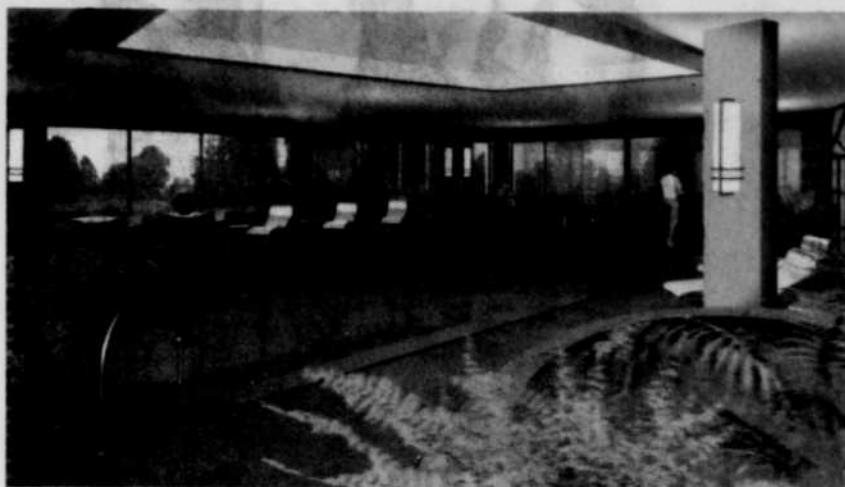
Beauport	667-7114	Donnacona	285-0080
Chemin Royal	667-8066	Saint-Agapit	888-3951
Boul. Raymond	667-8066	Saint-Nicolas	831-4141
Sainte-Foy		Bermières	831-9228
Quatre-Bourgeois	652-3642	Saint-Romuald	834-1177
Club Entrain	658-7771	Plessisville	362-8112
Jeffery Hale	681-7854	Victoriaville	758-3165
L'Anc-Lorette	877-7727	Rivière-du-Loup	862-6326
Sillery	683-PIED (7433)	Rimouki	723-2459
Charlesbourg	627-3881	Chicoutimi	549-3564
Québec	688-0872	Jonquière	465-1255
Vanier	682-2724	Alma	668-2349
Château-Richer	824-7025	Roberval	275-4922
Pont-Rouge	873-4197	Dolbeau	276-0321

**CLINIQUE DU PIED ÉQUILIBRE**

La clinique du pied Équilibre ça marche !

## La Résidence Jazz: la mélodie du bonheur

Mériter sa retraite veut dire pour plusieurs oublier les ennuis du quotidien et profiter des plaisirs de la vie au maximum. Et il est d'autant plus facile d'accéder au bonheur lorsque ceux-ci sont rassemblés en un seul et même endroit. La Résidence Jazz vous offre cette chance sur un plateau d'argent, en plus d'assurer votre bien-être et votre sécurité.



Située au 777, avenue de Belmont, la Résidence Jazz est un édifice de six étages à l'architecture moderne comprenant 206 appartements spacieux et confortables, du studio au 4 1/2 pièces, offerts à des prix plus que compétitifs. Et son système de sécurité à la fine pointe de la technologie pèse lourd dans le choix des résidents et résidentes.

Tous les logements possèdent un balcon privé, une entrée laveuse-sécheuse, des fenêtres panoramiques, des planchers de bois et de céramique et un système d'appel d'urgence et ils sont dotés d'une cuisinière et d'un réfrigérateur. L'entretien ménager est assuré par le personnel courtois et professionnel toutes les deux semaines. Des cases de stationnement intérieur sont aussi disponibles.

Les espaces communautaires sont tout aussi attrayants: salle d'exercices, bistro, biblio-

thèque, jardin communautaire, terrasse, salle à manger avec service, lieu de prière, cinéma maison, salle d'ordinateurs avec accès Internet et salle de billard. Une piscine et un spa sont même aménagés dans une aile du bâtiment.

Une pharmacie Brunet et dépanneur sont aménagés à même la bâtisse. Une infirmière et une préposée aux bénéficiaires au service des résidents se relaient de jour comme de nuit et un médecin effectue des consultations sur place une fois par semaine.

Il est également possible de recevoir famille et amis. Une salle à manger privée propose un menu banquet pour les occasions spéciales et un appartement de 3 1/2 pièces peut être loué à la journée.

Les activités sont variées : des ateliers d'art au shuffleboard en passant par le jardinage, les résidents et résidentes peuvent s'adonner librement à leur passion.

La Résidence Jazz, c'est tout ça et bien plus encore. Pour découvrir cet endroit accueillant et chaleureux, une journée porte ouverte aura lieu le 2 octobre, de 13 h à 17 h. En d'autre temps, des conseillères à la location sont sur place du lundi au vendredi, de 10 h à 17 h, ainsi que les samedi et dimanche, de 13 h à 17 h.

Pour plus d'informations, il est possible de visiter le site Internet de la résidence à [www.residence-jazz.com](http://www.residence-jazz.com) ou de téléphoner au 650-5553.

La Résidence Jazz, où confort, sécurité et accueil chaleureux vont de pair.

NOUS SOMMES PRÊTS À VOUS ACCUEILLIR!

# Jazz

Résidence pour gens heureux  
... et retraités

À partir  
de 830\$/mois\*

## PORTES OUVERTES

aujourd'hui  
de 13h à 17h

La vie à son meilleur à un prix  
beaucoup plus abordable  
que vous ne pouvez l'imaginer

### Activités et services multiples

Piscine intérieure et spa, 2 restaurants,  
dépanneur, salon de coiffure, infirmière,  
sécurité 24 heures sur 24 et plus encore



Jazz  
Résidence pour gens heureux  
777, rue de Belmont, Sainte-Foy  
Tél.: 418.650.5553  
[www.residence-jazz.com](http://www.residence-jazz.com)

À deux pas de l'avenue Myrand

Lundi au vendredi:  
10h à 17h  
Samedi et dimanche:  
13h à 17h

\*Crédit pour le maintien à domicile soustrait.

### Ici, tout est inclus:

chauffage, électricité et eau chaude,  
cuisinière et réfrigérateur, entretien  
ménager, système d'appel d'urgence,  
stationnement intérieur



Chiro-Santé

Écoutez notre émission d'information  
sur la chiropratique Chiro-Santé  
dans le cadre de l'émission «À la

## Arthrose

### Réhabilitation et prévention

L'arthrose est une dégradation du cartilage articulaire qui affecte très souvent les hanches, les genoux, les mains ou la colonne vertébrale. Le Dre Dominique Dufour, chiropraticienne à la Clinique Chiro-Santé, qui chapeaute la Clinique de l'Arthrose, rappelle que l'arthrose n'est pas due à l'âge et qu'elle se développe sournoisement au cours des années jusqu'au jour où se manifestent tous les symptômes qui avaient été jusqu'alors en sourdine. C'est donc le temps écoulé depuis la blessure initiale qui fait la différence, et non l'âge de la personne. Sachant que l'arthrose est la conséquence d'un mauvais

alignement des articulations dû à des stress répétitifs, le fait de seulement camoufler les symptômes avec des médicaments tels les anti-inflammatoires qui, même s'ils apportent un soulagement bien légitime, causeront des effets secondaires indésirables, ne corrigera pas le problème. D'ailleurs, ces derniers ne feront qu'aggraver l'état en faisant croire au patient qu'il peut faire des mouvements que son corps ne lui aurait normalement pas permis de faire. Pour remédier à l'arthrose, réaligner les vertèbres ou articulations s'avère donc primordial et la méthode naturelle la plus sécuritaire. Il est aussi essentiel d'inclure les soins chiropratiques dans une approche

globale de la santé, incluant une saine alimentation, de l'exercice physique (une fois que la condition du patient le permet) et de bonnes postures, une attitude mentale positive, une bonne gestion du stress et un sommeil de qualité. «Si vous avez déjà de l'arthrose, il faut donc avant tout freiner la cause des frictions en effectuant un réalignement des articulations.», souligne le Dre Dufour. Réalignées, les articulations pourront ainsi jouir d'une mobilité accrue et les substances reliées aux fonctions régénératrices de l'articulation pourront effectuer leur travail de reconstruction du cartilage. Vous aider à retrouver endurance et mobilité sera donc le but des soins à la Clinique Chiro-Santé.

### Pro-Ajusteur

- Un traitement chiropratique sans torsion ni craquement ;
- Une plus grande objectivité dans l'identification et la correction des dérangements ;
- Des soins en tout confort et personnalisés, car la force utilisée s'adapte aux différents patients.



« Une technologie de haute précision au service de la santé, le Pro-Ajusteur étant muni d'un cristal piézoélectrique, développé par la NASA, qui permet de déterminer la résistance articulaire. »

Dre Dominique Dufour  
chiropraticienne D.C.  
418-687-5372

Le Samuel-Holland  
840, Ernest-Gagnon bur. 285  
Québec (Québec) G1S 4M8

www.chirosante.ca

85-0080  
88-3951  
31-4141  
31-9228  
34-1177  
62-8112  
38-3165  
62-6326  
23-2459  
49-3564  
65-1255  
68-2349  
75-4922  
76-0321

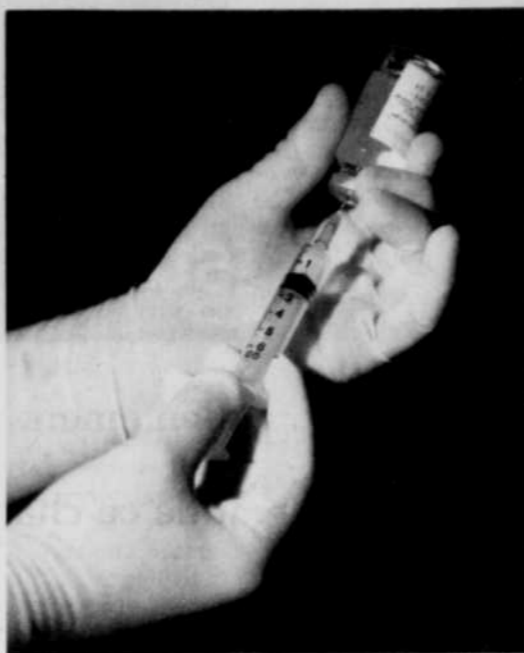
REPORTAGE PUBLICITAIRE

## Cet hiver, la santé des aînés passe par le vaccin antigrippal

Par la Dre Sheela Basur, médecin hygiéniste en chef de l'Ontario

**C'**est un fait : les gens vivent plus longtemps et en meilleure santé que jamais auparavant. Cela dit, les aînés doivent prendre encore plus soin d'eux lorsqu'ils vieillissent. Voilà pourquoi il importe d'encourager tous les Ontariens et Ontariennes, en particulier les personnes âgées, à se faire vacciner contre la grippe.

Chaque hiver, la grippe entraîne l'hospitalisation de 15 000 personnes, en moyenne, à l'échelle du pays. Jusqu'à 5000 Canadiens et Canadiennes, la plupart des aînés, meurent d'une pneumonie ou d'une autre affection associée à la grippe. Chez les personnes âgées, le vaccin antigrippal aide à prévenir des complications comme la pneumonie chez six personnes sur dix environ. Il peut aussi prévenir le décès de plus de huit personnes sur dix.



fièvre qui s'établit généralement entre 37 et 40 degrés Celsius chez les adultes, bien que nombre d'aînés peuvent ne pas avoir de fièvre du tout. On note aussi la présence de troubles respiratoires comme la toux et d'affections comme le mal de gorge, le nez bouché ou qui coule, le mal de tête, les frissons, les douleurs musculaires et, dans bien des cas, une faiblesse et une fatigue extrêmes. En outre, on observe fréquemment une certaine confusion et une incapacité à penser clairement, avec ou sans présence de fièvre. Si vous contractez la grippe, vous pouvez prendre diverses mesures pour éviter de propager le virus, y compris vous couvrir la bouche quand vous toussiez ou éternuez, et laver vos mains souvent et minutieusement.

La meilleure façon d'éviter la grippe, c'est d'obtenir le vaccin antigrippal. Parlez à tous les membres de votre famille pour veiller à ce qu'ils se fassent aussi vacciner contre la grippe. Quand vos proches optent pour le vaccin antigrippal, ils font leur part pour vous protéger contre la grippe. (EN)

Centre de l'Hébergement  
des Aîné(e)s M.J. inc. Québec **depuis 1995**

**S**ervices conseils en hébergement  
privé pour les aîné(e)s **SERVICES GRATUITS**

Faire affaire avec nous,  
c'est sauver un précieux temps dans votre vie.

259, rue Seigneuriale, Beauport (Québec) G1C 3P7  
Tél. et téléc. : (418) 667-8732  
Urgence cell. : (418) 561-8732

Si vous avez 65 ans ou plus, vous faites partie de la catégorie de personnes vulnérables aux complications de la grippe.

La grippe provoque divers symptômes typiques, y compris une

Où il fait bon vivre !

2004-2006

- Surveillance 24 heures
- Soins de santé 24 heures
- Chapelle et aumônier résidant
- Salon de coiffure
- Navette pour sorties de groupe
- Salle à dîner (service aux tables)
- Salons communautaires (12)
- Comptoir bancaire
- Aménagements récréatifs : salle de billard, salle de jeux, terrains de pétanque et jeu de galeks, salle d'exercices
- Animation à tous les jours
- Maintenance 7 jours
- Entretien ménager
- Dépanneur
- Bibliothèque

**La Roseraie**  
de Sainte-Foy  
Résidence pour aîné(e)s  
825, Arthur-Rousseau, Sainte-Foy  
(à côté de l'Hôpital Laval)  
**651-4807**

**Convalescence**

## Au tour des personnes âgées de profiter des oméga-3

**P**our bien des familles canadiennes, la perte d'autonomie d'un parent va de pair avec le vieillissement. Au Canada, environ 420 000 personnes de plus de 65 ans souffrent d'alzheimer ou de démences connexes, qui nuisent à leur mémoire ainsi qu'à leur capacité de raisonner, de parler et de vivre seuls. D'ici 25 ans, ce nombre aura presque doublé. Un regard du côté de l'alimentation pour remédier à ce problème serait-il farfelu ?

Peut-être pas, selon Stephen Cunnane, titulaire de la Chaire de recherche du Canada sur le métabolisme et le vieillissement du cerveau. « Les acides gras, particulièrement les oméga-3, que l'on retrouve entre autres

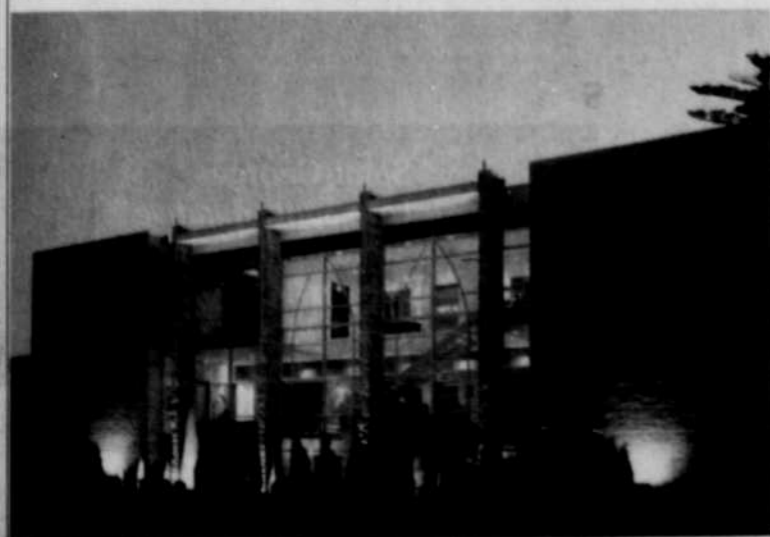
dans le saumon, les sardines et les graines de lin, constituent un carburant pour le cerveau et sont essentiels à son fonctionnement, et ce, du début jusqu'à la fin de notre vie », soutient le chercheur de l'Université de Sherbrooke. Or, comme le constate M. Cunnane, chez les aînés souffrant d'alzheimer ou de démences connexes, le taux d'acides gras est insuffisant pour assurer le bon fonctionnement de leur cerveau.

Présentement, le spécialiste mène une étude auprès de personnes atteintes ou non de ces affections. « Nous cherchons à découvrir comment notre corps, en vieillissant, utilise les acides gras que nous mangeons, souligne M. Cunnane. Cela nous aidera à comprendre pourquoi

« Dans ma vie, j'ai planifié tous mes départs. Je n'ai donc surpris personne en concluant un arrangement préalable au COMPLEXE FUNÉRAIRE DE LA CITÉ. Depuis hier, tout est prêt. Aujourd'hui, je peux planifier mes autres départs l'esprit tranquille. »

## TOUT EST PRÊT. TOUT PRÈS.

Avec l'arrangement préalable du COMPLEXE FUNÉRAIRE DE LA CITÉ, j'ai la certitude que mes dernières volontés seront respectées. Des conseillers-experts m'ont écoutée et conseillée en tenant compte de mes exigences morales, familiales et financières. À partir de là, ils ont tout planifié et pris en charge l'ensemble du processus. J'épargnerai donc à mes proches cette lourde tâche et ceux-ci pourront vivre plus sereinement cette étape difficile. Depuis, j'ai l'esprit tranquille.



COMPLEXE  
FUNÉRAIRE DE LA  
CITÉ

À VOS CÔTÉS. TOUT PRÈS.

1600, AVENUE LE GENDRE, SAINTE-FOY (QUÉBEC)  
TÉLÉPHONE : 418.658.1600 SANS FRAIS : 1.877.685.1600  
www.complexefunerairedelacite.com

Accessible par la sortie Le Gendre  
via l'autoroute 40 (boulevard Charest).



on note, chez 20 % des aînés, une faible présence de ces acides gras, laquelle serait à l'origine de troubles du cerveau minant la capacité de réfléchir, de communiquer et d'être autonome. »

Suffirait-il donc d'inciter les gens du troisième âge à consommer davantage d'aliments riches en acides gras, comme le poisson et le lin ou leurs dérivés, ou simplement à prendre des médicaments qui en favorisent une meilleure absorption ? Les travaux du chercheur permettront bientôt de déterminer laquelle de ces deux solutions est la plus efficace pour contrôler le taux d'acides gras présent dans l'organisme. Cela pourrait permettre de prévenir des maladies telles que l'alzheimer ou d'en retarder l'évolution.

À long terme, les découvertes de M. Cunnane fourniront aux personnes âgées des outils qui les aideront à mieux vieillir et à rester autonomes le plus longtemps possible.

Source : Université de Sherbrooke, Liaison, 4 mars 2004. Pour en savoir plus sur les recherches financées par le Programme des chaires de recherche du Canada, consultez son site Web (www.chaires.gc.ca). (EN)

# Lobe

Santé auditive<sup>MC</sup>

## 4 cliniques multidisciplinaires

### Pour tout savoir sur la santé de votre audition

Les pertes auditives se développent lentement, insidieusement, pendant plusieurs années.

La plupart des gens s'accommodent de ce changement graduel:

- En faisant répéter,
- En élevant le volume de la télé,
- Ou encore en lisant sur les lèvres.

C'est normal et typiquement humain de réagir de cette façon. Malheureusement, ces tactiques nous permettent de croire à tort que nous n'avons pas de problèmes d'audition.

Pour répondre rapidement à vos interrogations sur la santé de votre audition, sachez reconnaître les professionnels qui sont à votre disposition:



#### O.R.L.\*

- Traite les maladies de l'oreille de façon médicale ou chirurgicale



#### Audiologiste

- Évaluation audiométrique
- Évaluation globale des besoins et recommandation de prothèses auditives et aides de suppléance à l'audition
- Évaluation-réadaptation des troubles de traitements auditifs centraux



#### Audioprothésiste

- Prothèses auditives de technologie numérique et analogique
- Aides de suppléance à l'audition (téléphone, réveil-matin, etc.)
- Protectors industriels et bouchons pour la natation
- Atténuateurs sonores/protecteurs adaptés aux musiciens
- Programme de sensibilisation et d'expérimentation aux prothèses auditives sans frais

### Nouveau

#### La chronique de l'oreille

Pour tout savoir sur l'audition

Abonnez-vous gratuitement!

Pour tout savoir sur la santé de votre audition.



### Nouveau

#### diapason le journal<sup>MC</sup>

Abonnez-vous gratuitement au Diapason<sup>MC</sup>!

Pour tout savoir sur vos prothèses auditives.



Abonnez-vous aujourd'hui par téléphone à l'une de nos cliniques ou sans frais au 1 866 411-5623.

### Maintenant 4 cliniques multidisciplinaires

Québec (Polyclinique Lebourgneuf)  
Lobe Santé auditive<sup>MC</sup>  
777, boulevard Lebourgneuf  
Bureau 130  
Tél.: (418) 780-3007

Lévis  
Lobe Santé auditive<sup>MC</sup>  
40, route du Président-Kennedy  
Bureau 204  
Tél.: (418) 830-5623

\* Sainte-Marie  
Lobe Santé auditive<sup>MC</sup>  
735, boulevard Vachon Nord  
Tél.: (418) 387-7988

\* Saint-Georges  
Lobe Santé auditive<sup>MC</sup>  
2900, boulevard Dionne  
Bureau 101  
Tél.: (418) 228-2970

1 866 411-5623 • [www.lobe.ca](http://www.lobe.ca)

Marques de commerce propriété de Lobe Santé auditive inc. / Document produit par Publications Lobe.

REPORTAGE PUBLICITAIRE

## Vous avez un problème d'AUDITION ?

Des problèmes auditifs affectent votre qualité de vie et la performance de la technologie programmable numérique

- ✓ Ajustement de prothèses auditives
- ✓ Réparation de prothèses auditives
- ✓ Bouchons pour musicien
- ✓ Consultation pour informations
- ✓ Suivi audioprothétique
- ✓ Bouchons de baignade
- ✓ Piles



### LABORATOIRE DE RÉPARATION SERVICE À DOMICILE



Une équipe à votre service depuis déjà 20 ans.

**Audioprothésistes**  
Claude Prévost  
Manon Beauchamp  
Hélaine Prévost  
Patrice Pelletier  
Patricia Gosselin

Québec, 450, ch. Ste-Foy  
(418) 688-1430

Ste-Foy, 2612, Lapointe  
(418) 650-9090

Malbaie, 303, rue St-Étienne  
1-800-363-5617

Donnacona, 220, av. Ste-Marie  
(418) 688-1430



**Claude Prévost**  
audioprothésiste

**EXTÉRIEUR: 1-800-363-5617**

Baie-St-Paul, Forestville, Baie-Comeau, Sept-Îles,  
Havre-St-Pierre, Chibougamau  
cprevost@mediom.qc.ca

## Une nouvelle adresse pour la clinique Bérubé Brassard de Loretteville

Établis dans la région de Loretteville depuis 1996, les audioprothésistes de la clinique Bérubé Brassard de Loretteville viennent d'emménager dans leurs nouveaux locaux situés à la clinique médicale L'Ornière, 11 000, boulevard de l'Ornière, bureau 150. L'espace et la couleur sont dorénavant au rendez-vous dans un décor plus actuel et plus moderne à l'image de l'équipe d'audioprothésistes qui y travaillent.



Toujours par souci d'offrir à sa clientèle des services de qualité et une approche personnalisée, la clinique s'est aussi dotée, cette année, de nouveaux équipements à la fine pointe de la technologie. Ces appareils permettent d'ailleurs un ajustement optimal de votre prothèse auditive.

### Votre audition vous joue-t-elle des tours ?

Vous avez besoin d'une prothèse auditive ? Deux technologies sont disponibles : la prothèse numérique et la prothèse analogique. Les personnes actives ou qui ont un problème de discrimination (qualité sonore) vont préférer

la technologie numérique qui offre la possibilité de filtrer certains bruits nuisibles et de conserver les sons de la conversation. La prothèse analogique n'a pas de filtre aussi performant, mais elle peut suffire aux personnes moins actives. Saviez-vous que la Régie de l'assurance maladie paie le coût d'une prothèse auditive ? Vous devez avoir une perte auditive moyenne d'au moins 35 décibels dans les deux oreilles, et la Régie ne défraie que certains modèles analogiques.

Établis dans la région de Québec depuis plusieurs années, les audioprothésistes des Cliniques Bérubé Brassard préconisent une approche

personnalisée et garantissent l'efficacité de leurs produits. Une période d'expérimentation vous convaincra de l'efficacité de nos prothèses auditives.

Pour obtenir plus de renseignements ou pour prendre rendez-vous, n'hésitez pas à communiquer avec l'une des trois cliniques de la région aux numéros suivants :

(418) 842-5455 (Loretteville),

(418) 522-3656 (Québec),

(418) 835-0497 (Lévis).



### Le rôle de l'audioprothésiste

Au fil des ans, les prothèses auditives n'ont cessé de s'améliorer en qualité sonore, en confort et en esthétique. Les minuscules appareils effectuent ainsi des millions d'opérations arithmétiques à la seconde, alors que toutes les informations nécessaires pour pouvoir fonctionner de façon optimale y sont introduites par votre audioprothésiste. Le port d'une prothèse doit être confortable, d'où l'importance d'un ajustement adéquat en fonction de vos besoins audiolinguistiques, mais aussi selon l'environnement sonore dans lequel vous vous trouvez !

### Les audioprothésistes



L'équipe d'audioprothésistes est composée de Josée Brassard, Nancy Lemire, Renée Gaudreault, Alain Lalumière et Joël Bérubé. Une équipe à votre service !

### Des produits pour tous les besoins

Ainsi, que ce soit pour le port d'une ou de deux prothèses, les audioprothésistes de Bérubé Brassard pourront vous conseiller lors de votre prochaine visite à leur cabinet de consultation sur le choix du modèle et vous démontrer ses avantages dans la vie de tous les jours. Et l'efficacité est garantie ! Cette maison fiable est également dépositaire de bouchons protecteurs sur mesure pour la baignade, les musiciens et les gens travaillant en milieu bruyant. De plus, elle vous propose une gamme variée d'accessoires pour malentendants, tels que les casques d'écoute spéciaux pour le téléviseur et la radio. Des évaluations auditives peuvent être aussi effectuées par un audiologiste; sur rendez-vous.

Pour le soulagement des douleurs articulaires

# Arthri Flex



• Les personnes souffrant d'inflammation peuvent réduire rapidement celle-ci avec ARTHRI FLEX. ARTHRI FLEX est une nouvelle formule présentée en ampoules qui a démontré son efficacité lors d'une étude clinique.

• Les ingrédients actifs dans ARTHRI FLEX sont les OLIGOSACCHARIDES DE CHITOSANE et proviennent de la même source que le sulfate de glucosamine soit la carapace de crustacés.

• ARTHRI FLEX se prend une fois par jour. Les résultats se font habituellement sentir dès la première semaine. Vous pouvez prendre ARTHRI FLEX pour réduire l'inflammation et prendre aussi la glucosamine pour permettre la régénération du cartilage articulaire.

**1500 mg  
par ampoule**

Une ampoule par jour aide  
à diminuer l'inflammation

## GLUCOSAMINE

substance de base pour reconstruire le cartilage



• La GLUCOSAMINE est une substance que l'on retrouve naturellement dans l'organisme. Elle aide à la fabrication et à l'entretien des cartilages articulaires. Le corps humain en fabrique mais au cours de notre vie, sa production diminue graduellement ce qui engendre des problèmes de dégénération et d'effrèment du cartilage.

• Une façon de compenser cette diminution et aussi de la prévenir est de prendre la GLUCOSAMINE sous forme de supplément alimentaire.

**Le SULFATE de GLUCOSAMINE est reconnu cliniquement pour :**

- Soulager les symptômes de l'ostéoartrite
- Maintenir et régénérer le cartilage
- Diminuer les douleurs
- Réduire l'inflammation
- Améliorer la souplesse
- Favoriser la mobilité
- Prévenir les blessures

Les produits Adrien Gagnon sont fabriqués selon les Bonnes pratiques de fabrication (BPF) établies par Santé Canada.



Vendus en pharmacies et dans les grandes surfaces.

Ligne Info : 1-800-781-7723



REPORTAGE PUBLICITAIRE

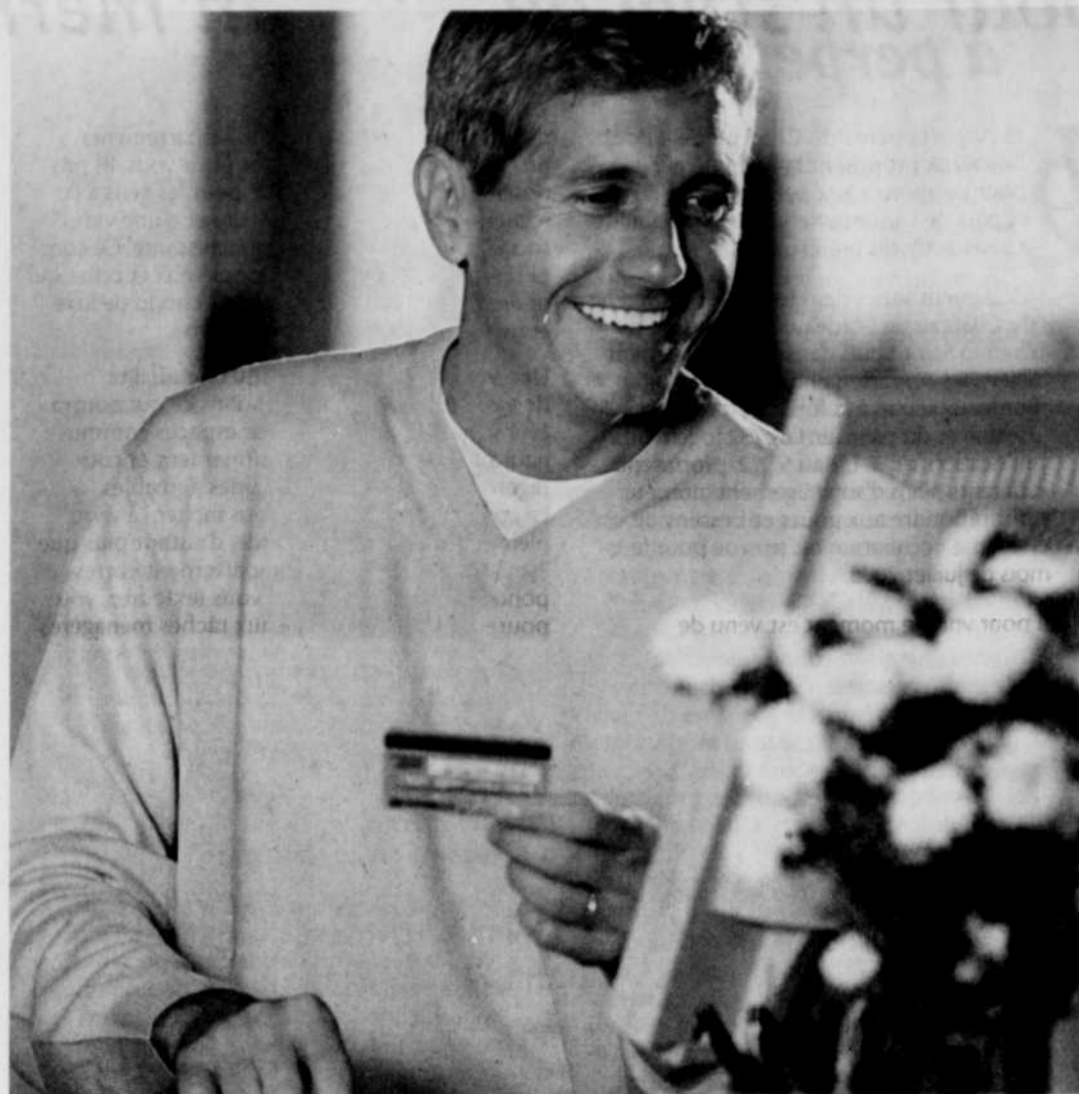
## Les cyberaînés : une réalité

**L**es adolescents ne sont désormais plus les seuls à cliquer, naviguer dans le cyberspace et communiquer par courrier électronique. Les aînés forment le groupe d'internautes qui connaît la croissance la plus rapide au Canada.

Les temps changent, et de plus en plus d'aînés mettent de côté leurs craintes à l'égard de la technologie afin d'adopter ce nouveau mode de communication. Plusieurs raisons suscitent cette croissance du nombre de cybernautes chez les aînés. Ceux-ci souhaitent, notamment, demeurer en contact avec leurs petits-enfants et d'autres membres de leur famille. De plus,

les ordinateurs sont beaucoup plus conviviaux de nos jours.

Le gouvernement du Canada a fait écho à cette croissance du nombre d'utilisateurs chez les aînés en créant le site Info-aînés Canada ([www.aines.gc.ca](http://www.aines.gc.ca)). Celui-ci contient tout ce que vous avez toujours voulu savoir ou apprendre sur une multitude de sujets classés par catégories, comme les Aidants naturels, les Ordinateurs et l'éducation, la Finance & Juridique, la Santé et le mieux-être. Les aînés qui consultent le site peuvent effectuer des recherches de différentes façons, soit en choisissant une catégorie dans la barre verticale de navigation sur le côté gauche de la fenêtre, en sélectionnant leur province et le sujet qui les intéresse, ou en cliquant sur « Index de A à Z », puis en sélectionnant un thème tel que condition physique, jardinage ou service de relève pour que toute une liste de renseignements apparaisse. Le site offre aux aînés, leurs familles, personnes soignantes/aidants naturels et organismes qui les soutiennent, un accès simple



«Une famille au service de la vôtre»  
 Dans votre milieu depuis 3 générations

**Wilbrod Robert & Fils**  
 Respect et dignité, chez nous c'est de famille.  
 661-9223

QUÉBEC / BEAUPORT    BEAUPRÉ    STE-THERÈSE-DE-LISIEUX  
 738, avenue Royale    11241, avenue Royale    1010, boul. Raymond

Services itinéraires personnalisés • [www.wilbrodrobert.com](http://www.wilbrodrobert.com)

## Bientôt à Lévis!

CENTRES DENTAIRES

# Lapointe

DENTISTES • HYGIÉNISTES • DENTUROLOGISTES

## Souriez à la vie!

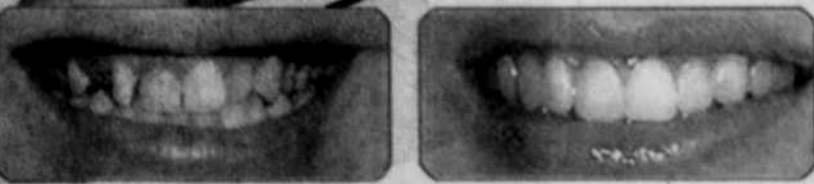
### Profitez

d'un plan de financement  
 jusqu'à 36 mois!  
 pour payer sans frais ni intérêts\*

\*Sous réserve d'approbation de crédit. Financement soumis par le Centre de crédit Lapointe. Au Canada, le taux de crédit est de 12,99% par an. Le montant des paiements est basé sur le montant de 1000 \$ et peut varier en fonction de votre situation financière. Pour connaître les modalités, contactez votre conseiller.

Tel que vu à l'émission

BEAUTÉ



Christine Lévesque

Prenez rendez-vous dès maintenant!

Québec    Lévis    St-Jean-Port-Joli  
 30, boul. Grande Allée O.    1885, Boul. Rive-Sud    445, rue de l'Église

(418) LAPOINTE (527-6468)

[www.centreslapointe.com](http://www.centreslapointe.com)

Gatineau - Hull - Jonquière - Lachine - Laval  
 Lévis - Longueuil - Montréal - Québec - Rosemère  
 St-Hyacinthe - St-Jean-Port-Joli - St-Sauveur

## Souriez, c'est très tendance!

Avoir un sourire éclatant de santé, c'est possible et pas compliqué avec les centres dentaires Lapointe.

### Consultation sans frais "DENTITION GLOBALE"

Les centres dentaires Lapointe ont développé une approche originale et exclusive visant à dresser un portrait général et global de votre condition buccale. Cette approche appelée « dentition globale » a pour but d'observer votre dentition sous trois aspects spécifiques : votre santé, votre esthétique et vos fonctions buccales. Les professionnels des centres dentaires Lapointe sont alors en mesure de vous proposer différentes solutions dentaires susceptibles de vous donner un sourire en parfaite harmonie avec votre visage.

### Tout sous le même toit

Votre sourire est pris en charge par des équipes dentaires complètes composées de chirurgiens-dentistes, d'hygiénistes et de denturologistes. Vous n'avez donc plus à vous déplacer d'une clinique à une autre pour obtenir les services dentaires dont vous avez besoin. Notre famille de professionnels est ainsi au service de la vôtre. Que vous ayez toutes vos dents naturelles ou que vous soyez édentés complètement, vous trouverez une solution de traitement répondant à vos besoins.

### Et ZOOM! De belles dents blanches

Être bien dans sa peau et se sentir en confiance est de toute évidence un état que nous recherchons tous. Arborez un beau sourire avec de belles dents blanches aide à se sentir ainsi. De plus en plus de gens découvrent la technologie ZOOM2 comme technique de blanchiment des dents. Le procédé est très efficace et

très rapide. La technique consiste à appliquer un gel blanchissant directement sur les dents. Le produit est activé par la lampe ZOOM2 et le procédé complet s'effectue au cabinet dentaire en un peu plus d'une heure.

### Financement sans frais ni intérêt

Votre santé dentaire et votre sourire sont des richesses inestimables que vous cherchez à protéger. Pour ce faire il faut parfois investir temps et argent. Aux centres dentaires Lapointe vous pouvez obtenir un financement sans frais ni intérêt, pour une période pouvant aller de 3 à 36 mois. Vous êtes maintenant en mesure d'obtenir les traitements dentaires au moment où vous en avez besoin sans toutefois affecter outre mesure votre planification budgétaire.

### Un centre Lapointe tout près de chez vous

Les centres dentaires Lapointe sont présents un peu partout au Québec et bientôt à Lévis. Pour connaître le centre Lapointe le plus près de chez vous ou pour prendre rendez-vous composez le nom LAPOINTE (514) 527-6468 ou visitez notre site web [www.centreslapointe.com](http://www.centreslapointe.com)



Mélanie Osborne, participante de l'émission S.O.S. Beauté, arbore fièrement son sourire Lapointe.

et rapide à un vaste réseau d'information utile et sûre, provenant des gouvernements et des organismes non gouvernementaux bien connus. Le site a été conçu expressément pour les aînés et bénéficie de l'apport d'un comité consultatif de citoyens.

Le site intègre plusieurs caractéristiques intéressantes dont l'agrandissement des caractères du texte afin de faciliter la lecture et une présentation audiovisuelle qui explique comment s'y retrouver. Un babillard permet également aux aînés d'échanger des idées, de formuler leurs commentaires et de partager des expériences.

Les aînés, leurs familles ainsi que les soignants et aidants naturels peuvent également exprimer leurs opinions et communiquer leurs observations au sujet du site Web, ou encore poser des questions concernant un programme ou un service en cliquant sur « Contactez-nous ».

Tous les jours, les aînés font voir qu'ils ne souffrent pas de technophobie. Si vous voulez parcourir le site web Info-aînés Canada, rendez-vous au [www.aines.gc.ca](http://www.aines.gc.ca). Ces renseignements, de même que plusieurs autres sujets d'intérêt, sont également présentés sur le site principal du gouvernement du Canada à l'adresse [canada.gc.ca](http://canada.gc.ca). (EN)

### Glossaire de messagerie texte

Vous avez du mal à déchiffrer les acronymes utilisés par vos petits-enfants dans leurs messages courriel? Voici un petit glossaire qui vous aidera à mieux les comprendre. Utilisez-les en communiquant avec eux. Vous aurez l'air très « cool »!

A+ : À plus tard

ALP : À la prochaine

ASV : âge, sexe, ville

DJA : Déjà fait, déjà vu

G : J'ai

JTM : Je t'aime

LOL : Je suis bouche bée

Ou-T : Où es-tu ?

ParT : Party

Scuz : Excuse-moi

Shu : Je suis

Tel : Je suis au téléphone

Tim : Tout le monde

1 sec : Attend une seconde

XXX : Gros bisous

## Les Appartements du Château de Bordeaux pour un style de vie bien mérité



Les appartements du Château de Bordeaux

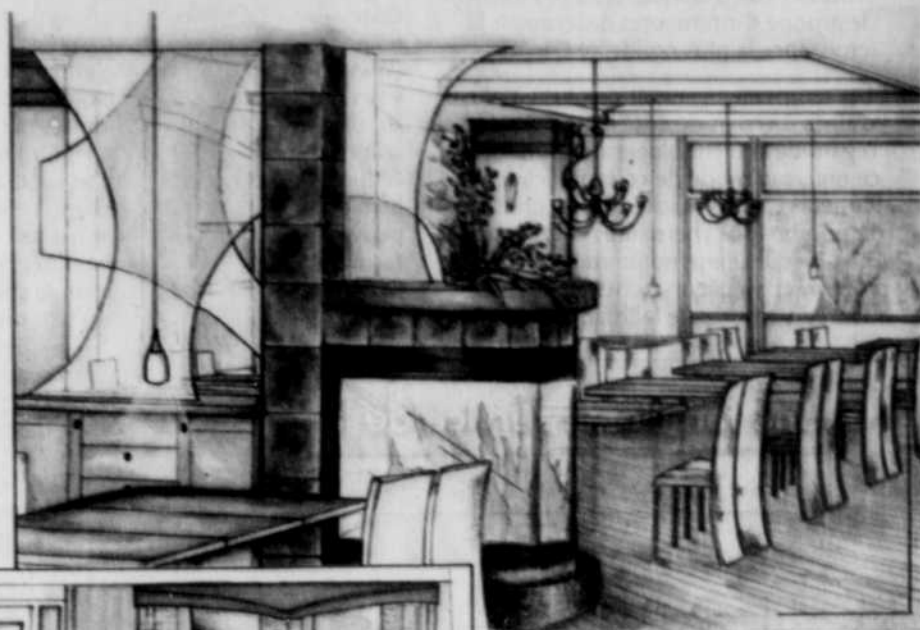
**L**es Appartements du Château de Bordeaux proposent la formule géniale pour permettre aux personnes de 60 ans et plus de s'adonner en toute tranquillité à leurs activités préférées.

Idéalement situés dans le parc du Domaine du Château de Bordeaux, en bordure du chemin Saint-Louis dans l'arrondissement Sillery, les Appartements du Château de Bordeaux réunis à la fois les atouts de la vie urbaine et du plein air. Les 152 logements en location, du 3 1/2 au 5 1/2, proposent différents plans d'aménagement intérieur pour répondre aux goûts et besoins de chacun. L'occupation est prévue pour le mois de juillet 2006.

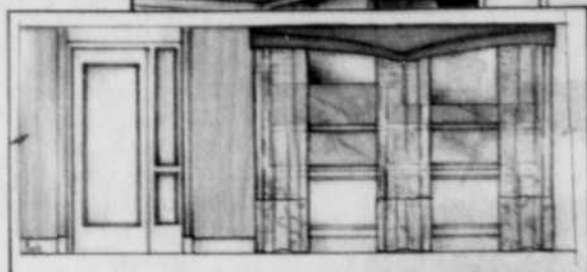
Si pour vous le moment est venu de mettre l'accent sur vos loisirs et de vivre à pleine capacité, dans la tranquillité

d'esprit et l'indépendance, Les Appartements du Château de Bordeaux sont pour vous. Ils proposent une formule originale pour les gens à la recherche d'un milieu sécuritaire et d'une vie sociale stimulante, saine et enrichissante. Ce complexe redéfinit l'art de vivre pour ceux et celles qui désirent à la fois les avantages du condo de luxe et de l'appartement haut de gamme.

Une visite vous convaincra qu'une qualité de vie idyllique vous attend dans ce qui pourra être votre « chez-vous ». Des espaces communitaires aménagés avec raffinement encourageront des relations humaines agréables. Le confort, omniprésent, vous incitera à vivre pleinement en toute quiétude, d'autant plus que l'aménagement de votre appartement correspondra à vos goûts. Puis si vous le désirez, vous pourrez même dire adieu aux tâches ménagères et culinaires pour avoir encore plus de temps à consacrer à vos activités préférées.



Salle à manger



### Ambiance de cocooning

Le confort et le design de type urbain européen ne manqueront pas de vous plaire. Le choix de matériaux nobles et de qualité, harmonisant judicieusement moulures, céramiques et planchers de bois flottant, contribuera à générer une ambiance cocooning des plus chaleureuses. Tous les appartements disposent de : balcon, deux salles de bain, deux sonnettes d'urgence, chute à déchets, cuisine à aire ouverte et d'espaces pour four micro-ondes, lave-vaisselle, laveuse et sècheuse.

Des stationnements sont disponibles à l'intérieur et à l'extérieur. Les résidents auront également accès à plusieurs services communs comme, à titre d'exemple : conciergerie, sécurité en permanence, piscine intérieure, salle à manger avec terrasse du côté du Chemin Saint-Louis, café bistro, salon Internet, bibliothèque, pharmacie et dépanneur. Trois ascenseurs desservent l'immeuble qui est également muni d'une génératrice.

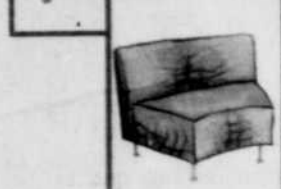
L'architecture élégante du complexe s'inscrit, avec son jardin, dans un environnement privilégié, véritable havre de détente et de fraîcheur dans un quartier calme et résidentiel. Il se situe à un jet de pierre des restos et boutiques branchées de la rue Maguire. Cette artère, une des plus populaires de l'arrondissement Sillery, incite au flânerie et non à y circuler rapidement pour se réfugier chez-soi.

Peu importe l'orientation de l'appartement, une généreuse fenestration débouche sur des points de vue superbes : d'un côté le spectaculaire Vieux-Québec, de l'autre le majestueux fleuve avec ses impressionnants ponts, ou le splendide jardin de la cour intérieure de l'immeuble. En prime, il n'y a que la rue à traverser pour vous rendre au domaine Cataract.

De nombreux centres d'achats sont également à proximité ainsi que plusieurs équipements de loisirs, dont la Marina de Sillery entre autres. Une navette sera d'ailleurs disponible pour se rendre à certains endroits de la région.



Grand Hall



## Le Domaine du Château de Bordeaux



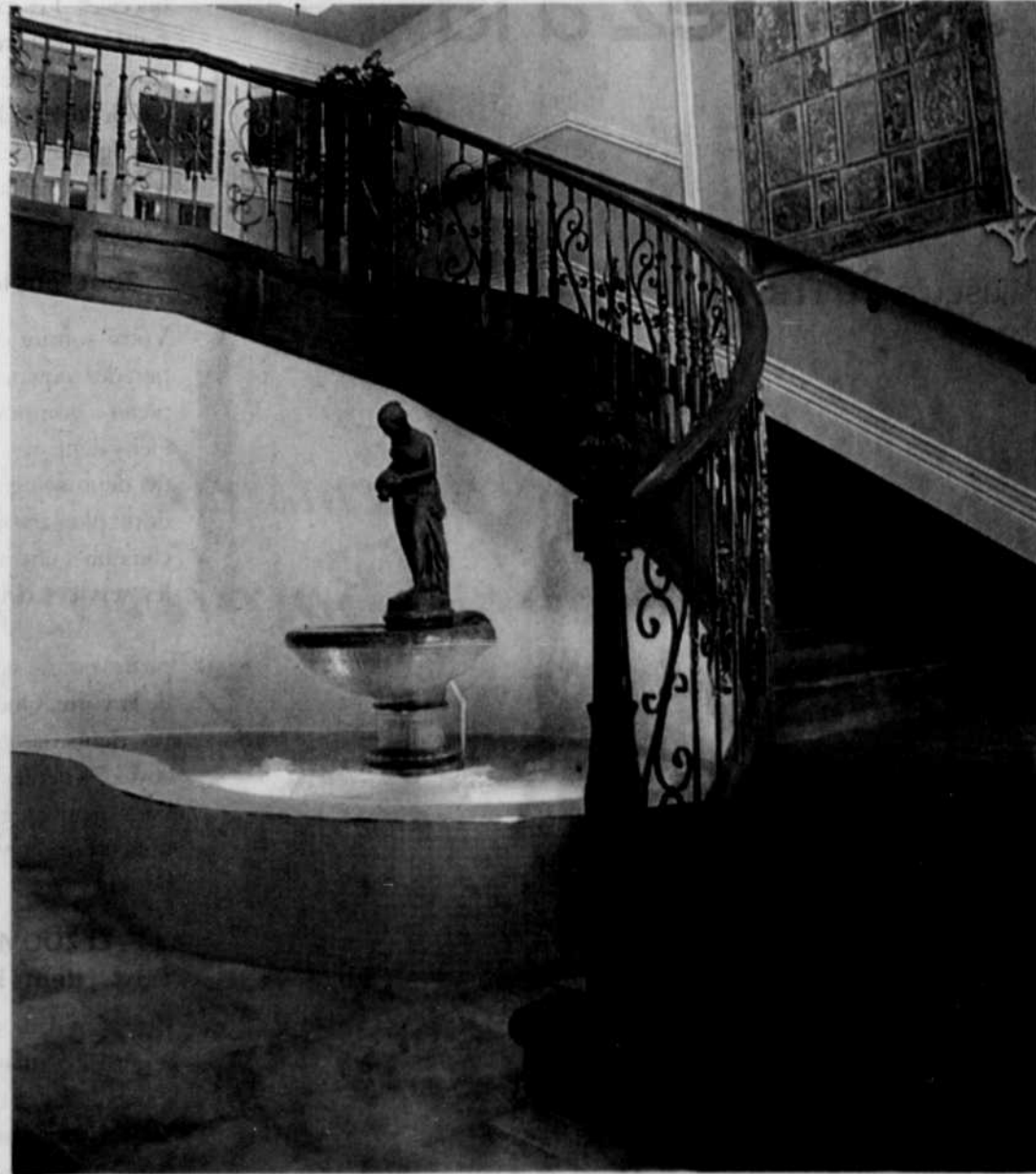
Le Domaine du Château de Bordeaux

**L**e Domaine du Château de Bordeaux propose un concept unique d'habitations et de services évolutifs parfaitement adaptés à la réalité d'aujourd'hui. Les services y sont basés sur une vision d'intégration qui couvre un cycle de vie à long terme et se caractérisent par leur souplesse d'accommodation aux besoins de chacun.

Voisin de l'immeuble des Appartements, le Domaine du Château de Bordeaux perpétue l'esprit des plus beaux châteaux européens. L'ancienne résidence des Soeurs de la Sainte-Famille de Bordeaux, érigée en 1934 sur cette propriété de 14 arpents généreusement boisé, a été magnifiquement rénovée. On y trouve 163 unités d'habitation haut de gamme pour les personnes retraitées autonomes et semi-autonomes.

Le complexe propose une qualité de vie optimale grâce à une panoplie de services digne de la cour des rois : somptueuse salle à manger, salon, bibliothèque, salon de coiffure, pharmacie-dépanneur, café Internet... Tout dans cette prestigieuse résidence a été pensé en fonction du confort, de la sécurité et du bien-être total des résidents.

En fait, le Domaine du Château de Bordeaux illustre bien la promesse d'un nouveau style de vie dans un contexte de soins humanisés et d'attention personnalisée. Les personnes âgées y trouvent tout ce dont elles ont besoin pour vivre heureuses. Les services primordiaux comme le gîte, le couvert et l'animation font partie des préoccupations constantes du personnel pour assurer le bonheur des résidents.



**Groupe Melior**  
Un partenaire Chartwell FPI

Les deux complexes, Les Appartements du Château de Bordeaux et le Domaine du Château de Bordeaux, font partie du réseau du Groupe Melior, chef de file au Québec dans le domaine des résidences pour personnes retraitées. Créée en 1992, cette société accueille plus de 3500 personnes dans ses habitations dont le nombre ne cesse de grandir. Melior bâtit sa réputation sur des normes de service inégalées dans l'industrie grâce aux soins attentionnés de son équipe de professionnels et à des bâtiments de qualité supérieure.


L'entreprise cherche constamment à parfaire l'image de l'habitation des retraités et des personnes âgées en offrant à une clientèle autonome, semi-autonome et non autonome un concept d'habitation adaptée à leurs besoins. Le fait de vieillir ne doit pas empêcher les gens de s'épanouir et de jouir pleinement de ce que la vie peut leur apporter. En ce sens, le Groupe Melior favorise la santé, le confort, la sécurité, la tranquillité d'esprit, la liberté, l'indépendance, le respect, la dignité, l'amitié, la camaraderie et les activités récréatives diverses.

Des plans et maquettes sont exposés au centre de location sur le site même, au 2142, du chemin Saint-Louis (arrondissement Sillery), à Québec. Le bureau est ouvert de 9h30 à 17h en semaine et de 12h à 17h les samedis et dimanches.

Pour en savoir plus, on peut aussi téléphoner au (418) 527-0007 ou consulter le site web [www.groupemelior.com](http://www.groupemelior.com)



**Groupe Melior**

Un partenaire Chartwell FPI 

## Complexes d'habitations et services évolutifs pour aînés



*Domaine du  
Château de Bordeaux*



### Résidence pour aînés autonomes et semi-autonomes

- Sécurité 24 heures
- Soins infirmiers 24 heures
- Court séjour pour convalescence
- Trois repas par jour en salle à manger
- Magnifique chapelle
- Pharmacie
- Salon de coiffure
- Salle d'entraînement
- Café Internet
- Activités récréatives organisées

(418) 527-0001, poste 155  
2140, chemin Saint-Louis, Sillery (Québec) G1T 1P8  
Fax : (418) 527-0009  
chateaubordeaux@oricom.ca



*Les appartements du  
Château de Bordeaux*

### Ouverture été 2006



### Résidence pour aînés autonomes

- 3 1/2 et 4 1/2 avec balcon
- Salle à manger avec service aux tables
- Piscine intérieure, spa, salle d'exercices
- Salon de coiffure
- Dépanneur, nettoyeur, services bancaire et pharmaceutique
- Insonorisation supérieure
- Stationnement intérieur
- Cinéma, salon Internet, bibliothèque, salle de billard et chapelle

(418) 527-0007  
Bureau de location  
2142, chemin Saint-Louis Sillery (Québec) G1T 1P8

[www.groupemelior.com](http://www.groupemelior.com)