

VIVRE

Vos initiatives, vos ressources en ostéoporose

Pensée du jour : Il ne faut pas pleurer quand quelque chose prend fin, il faut plutôt sourire à son accomplissement.

Une occasion unique : eh oui! Encore un sondage!

Le temps est venu d'influencer les recherches médicales.

Vous recevrez, durant les prochaines semaines, un sondage tout à fait spécial. Vos réponses aux questions posées sont précieuses pour Ostéoporose Canada.

« Nous souhaitons ardemment que vous preniez quinze minutes de votre temps pour répondre au questionnaire. Nous demandons aux chercheurs et aux professionnels en soins de santé leur avis quant aux futures recherches sur l'ostéoporose au Canada. Vos commentaires sont importants, vous devez partager vos idées, vos commentaires et vos suggestions. Nous traiterons votre opinion afin de :

- Modeler les possibilités de recherches futures présentées aux chercheurs canadiens
- Améliorer le contenu de l'infolettre **VIVRE**
- Mettre en valeur Ostéoporose Canada quant au partage de l'information.

Nous comptons sur votre participation! » soutient la D^{re} Suzanne Morin*

« Appartenir à une organisation qui prend soin de ses membres tout en considérant leurs propos et leurs expériences personnelles est très enrichissant. Nous sommes toutefois conscients du nombre de sondages que nous envoyons, mais il s'agit cette fois-ci d'une occasion d'influencer les responsables des recherches et de la façon dont l'information nous sera communiquée, nous qui vivons avec cette maladie », dit Marg MacDonell *

Le RCPO s'est engagé à donner la meilleure information basée sur des recherches scientifiques. Même si une partie du sondage traite de la recherche, les termes utilisés sont compréhensibles et vous y répondrez avec beaucoup de facilité.

Questions, réponses - et après?

Que faisons-nous de toutes les données reçues à la suite d'un sondage? Dans ce cas-ci, nous publierons les résultats dans une prochaine édition de VIVRE. Vous serez alors en mesure de savoir quels sont les sujets de recherche et de communication qui sont importants auprès des membres du RCPO.

Les chercheurs canadiens travaillent fort afin de nous faire mieux comprendre l'ostéoporose et il y a beaucoup à faire. Apportez-nous vos idées! Nous sommes tout ouïe!

Merci. Le sondage vous sera envoyé durant les semaines à venir, par courrier ou par courriel. À l'intérieur vous y trouverez les instructions quant à la marche à suivre sur la façon de le remplir, ensuite vous n'avez qu'à nous le retourner. Nous souhaitons ardemment que vous preniez tout le temps qu'il faut pour le remplir.

* D^{re} Morin est membre du comité de direction du conseil consultatif scientifique d'Ostéoporose Canada, elle a aussi fait partie du conseil d'administration. Elle siège également au comité de direction de la section Grand Montréal. D^{re} Morin travaille au Centre universitaire de santé McGill (CUSM) où elle enseigne à titre de professeure agrégée au Département de médecine; elle est directrice par intérim de la division de médecine interne.

** Marg MacDonell est présidente du comité de direction du RCPO; en plus d'être une bénévole dévouée pour sa section régionale, elle est membre du conseil d'administration d'Ostéoporose Canada. Marg est atteinte d'ostéoporose.

On peut vivre bien avec l'ostéoporose

Histoires d'os :

Si la natation est un exercice idéal pour maintenir sa silhouette, comment alors expliquer la taille des baleines?

Aide-mémoire : Assurez-vous d'avoir une **saine alimentation**, de faire les **exercices** appropriés, de prendre vos suppléments de **calcium** et de **vitamine D** ainsi que toute **médication** prescrite par votre médecin en suivant les recommandations.

« Les renseignements contenus dans ce bulletin sont purement informatifs et ne remplacent en rien les conseils et les recommandations d'un médecin ou tout autre professionnel de la santé pour la prévention et le traitement de l'ostéoporose. Pour toute question à ce sujet, veuillez en discuter avec votre médecin. Vous ne devez jamais ignorer l'avis d'un médecin à la suite d'une lecture de ce bulletin ou de toute autre littérature. Si vous désirez vous désabonner, veuillez indiquer votre adresse de courriel à l'endroit approprié. Votre nom sera retiré de la liste d'envoi. »