



Liaison Ortho



Bulletin pour les gens intéressés par la santé de leurs os et articulations

Dans ce numéro

Programme de prévention des blessures au soccer « 11+ » de la FIFA

Nous vous présentons June Panteluk

Les membres du Club206

Ressource gratuite pour les patient'



Inscrivez-vous à orthoconnect.org pour en savoir plus sur votre cheminement orthopédique
1-800-461-3639, poste 224

Dernières nouvelles

Partagez notre passion. [Inscrivez-vous](#) à notre liste d'envoi pour recevoir des renseignements sur le renforcement et le maintien de la santé de vos os et articulations.

Évitez les chutes en hiver

Généralement, la baisse du mercure entraîne la hausse des chutes. Se déplacer en toute sécurité

Mot d'Isla Horvath, directrice générale

L'année tire à sa fin; c'est un moment propice aux bilans, et j'avoue que celui de la Fondation Canadienne d'Orthopédie m'impressionne. En voici quelques faits saillants :



- En collaboration avec Santé des os et des articulations au Canada, nous avons fait des progrès incroyables en matière de réduction des blessures orthopédiques chez les jeunes joueurs de soccer. L'initiative prendra fin au printemps, et les résultats sont éloquentes. Vous en trouverez les détails dans le présent bulletin.
- Les projets de recherche récompensés cette année traitent de questions aussi variées que les infections à l'épaule et l'arthrose à la hanche. En outre, la Fondation a remis une bourse à deux résidents en orthopédie afin de souligner leurs efforts en vue d'améliorer la santé de l'appareil locomoteur dans le cadre de partenariats avec des orthopédistes du Botswana et d'Haïti. [Cliquez ici](#) pour en savoir plus.
- Les jumelages de Connexion Ortho se poursuivent. Actuellement, le programme compte 153 bénévoles âgés de 24 à 88 ans et prêts à discuter dans diverses langues avec des patients en orthopédie.

Ces activités ne seraient pas possibles sans un programme de financement diversifié et efficace. Merci à ceux et celles qui ont répondu à notre sollicitation postale de cet automne. Vous y aurez lu la citation de June Panteluk, heureuse de revivre grâce à la chirurgie orthopédique. Vous trouverez son histoire dans ce numéro. L'activité Marcher 1 km pour s'amuser de la campagne Hip Hip Hourra! a réuni patients et orthopédistes à Saskatoon cet

signifie entre autres que l'on doit tenir compte de la neige et de la glace, et donc porter des chaussures ou des bottes qui ont des crampons solides et une bonne traction (pas de semelles en cuir ou en plastique) et marcher plus lentement en faisant des pas plus petits qu'à l'habitude, afin de garder l'équilibre.

[Suite](#)

automne, sans compter que deux établissements ont relevé le Défi podomètre de la campagne, soit le Holland Orthopaedic & Arthritic Centre et le St. Michael's Hospital. Des équipes enthousiastes, formées d'orthopédistes et de leurs patients, ont recueilli des fonds pour les programmes nationaux et des initiatives locales de la Fondation. Orthopédistes, patients et amis ont aussi répondu généreusement à notre appel dans le cadre de la campagne Mardi je donne, qui marquait le début du temps des Fêtes.

Au nom du conseil d'administration et de toute l'équipe de la Fondation Canadienne d'Orthopédie, je vous remercie pour cette fabuleuse année!

Programme de prévention des blessures au soccer « 11+ » de la FIFA

Le soccer est l'un des 2 sports causant le plus de blessures chez les jeunes canadiens, soit plus de 10 % de toutes les blessures sportives qui nécessitent des soins. Il a été largement démontré que des programmes d'entraînement neuromusculaire peuvent réduire les blessures au soccer de 29 à 72 %. Pourtant, ces programmes sont peu utilisés auprès des jeunes joueurs.

C'est là que Fondation Canadienne d'Orthopédie et Santé des os et des articulations au Canada entrent en jeu. De pair avec l'Ontario Soccer Association, les deux organismes ont fait la promotion du programme « 11+ » auprès des ligues de soccer ontariennes. Cette initiative est financée par la Fondation Trillium de l'Ontario. Lancée en 2014, elle prendra fin au printemps. [Suite](#)

Nous vous présentons June Panteluk, porte-parole de la Fondation

Si vous avez lu notre lettre de sollicitation cet automne, vous « connaissez » déjà June. Sa citation à propos de son orthopédiste (« Mon orthopédiste m'a vraiment redonné la vie. ») était au cœur de notre campagne automnale, composée de lettres, courriels et publications dans les médias sociaux. Les responsables de LiaisonOrtho ont eu le bonheur de discuter avec elle début décembre pour apprendre à mieux la connaître.



[Cliquez-ici](#) pour lire l'histoire de June.

Les membres du Club206 soutiennent la Fondation

Sans nos 206 os et leurs articulations, il n'y a pas de mobilité. Pourtant, nous les prenons trop souvent pour acquis. Nous savons tous à quel point la mobilité est précieuse, et ce qu'il en coûte de la perdre et de la retrouver. La Fondation Canadienne d'Orthopédie invite toute la population canadienne à mettre ces connaissances à profit en l'aidant à consolider ses acquis et son influence afin d'inciter les gens à bouger. Pour ce faire, ils peuvent joindre le Club206 en faisant un don de 206 \$, soit 1 \$ pour chacun de leurs 206 os. Beaucoup au pays ont relevé le défi. Vous trouverez ci-dessous le nom de ceux qui sont devenus membres du Club206 au cours de la dernière année :

CLUB 206

John J. Abramowich	Gracie Goodwin	Marguerite A. Patterson
Helena Archibald	Alastair Gordon	Michael Patterson
Karen Auzins	Millie Gormely	John C. Payne
Mary C. Baker	Jay Gould	David S. Pedlow
John Barr	Doris Green	Audrey Penney
Ivan & Vicki Bateman	Rob Gruber	Clifford M. Pollon
William Beaton	Maxine Gulstene	Sheila Roberts
Douglas R. Beaumont	Anne Hamilton	Judith M. Rodger
John T. Blair	Salvator Hara	Donald H. Rogers
Marnie A. Borer	Margaret A. Harvey	Donzell A. Ross
Norman E. Bottum	David Herperger	Marjorie Rowe
Nelder Boulton	Vicky & David Hess	John Rutherford
Evelyn F. Bowersock	Hobart Food Equipment	Arthur G. Ryman
Rea Braithwaite	Donald J. Hopcroft	Hazel Sabourin
Paul Bridgman	Gezina Ilse	Clare Shields
Frederick Brooks-Hill	Amy Ingratta	Ruth E. Shillington
Katherine Brown	Joan F. Johnston	Gurcharan S. Sidhu
Kathleen S. Bruce-Robertson	Shelby L. Jones	Nancy Simpson
Nancy E. Carson	Harold Keith	Sisters of Saint Martha
Katherine Cartwright	Allan Kowalyk	Ken Smith
Patricia Chen	Sandra Kutchaw	Malcolm D. Smith
Tony Chervinsky	Steve Lamphier	Shirley Sokvitne
Michael M. Clarke	Douglas E. Langs	Fran M. Sorenson
Sandra Clarke	Frank Laurie	Patrick M. Stroulger
Shirley E. Cobham	Sheila Leyton	Olive I. Sundquist
Mary Collinson	Joanne Liberatore	Betty Tanner
Eve M. Cook	Nicholas R. Liley	Maureen Telford
Marie-Therese Cormier	Enid Lipsett	Winona Trudelle
Phyllis Crooks	Kerby Lowen	Sumie Tsukishima
Joan Cunnington	Diane M. Lumsden	John and Jean Turnbull
June E. DeWolfe	William D. Martin	Anna Umlah
Murray Dickson	Lois Mascher	William Vermeer
Richard J. Dignard	Esterina Mastronardi	Rory S. Wallace
Donald B. Dixon	Martin Mathieu	Leo J. Walsh
David Dunsmore	Paul Donald McAuley	Phyllis Webber
Harley & V. Eileen Eisener	R. Bruce McFarlane	William Westaway
Donald Elias	Rosemary McLeese	Gerald J. White
Wilfred Fisher	Jonathan McRae	Alan Williams
Susan Forster	George A. Milne	Reid Wilson
Geno Francolini	Arnold Muller	Kello Wilson

Wilma Friend	Rodney H. Murrell	Patricia M. Winter
Gail M. Friesen	Robert Neill	Joseph Wipf
Kenneth W. Gee	Jerry Olynyk	Eleanor B. Woods
Charles George	Paul J. Pape	Brian M. Worrall
Clara Geul	Jean Park	Joyce Young
Ralph Gilmour	Dan Parliament	Marie & Joseph Zallen
Gladys E. Girard	Dorothy Parsons	Gregg Zentner

Offrez le cadeau de la mobilité.

Pour avoir droit à un reçu aux fins de l'impôt 2015, vous devez faire votre don au plus tard le 31 décembre, le cachet de la poste ou électronique en faisant foi. Ne tardez pas : faites votre don de fin d'année dès aujourd'hui.

Tous les programmes et ressources à l'intention des patients sont réalisés gratuitement par la Fondation Canadienne d'Orthopédie. C'est grâce à votre grande générosité que nous sommes en mesure d'offrir ces ressources dont des milliers de Canadiens ont grandement besoin. Ainsi, en vous inscrivant au programme de don mensuel, vous aidez la Fondation à prévoir la prestation de ses meilleurs outils et ressources mois après mois. Donnez généreusement afin d'aider des milliers de Canadiens à gérer leur intervention orthopédique, puis à récupérer.

Faites votre don mensuel ou unique en cliquant sur le lien ci-dessous. Nous vous remercions pour votre précieuse contribution. **Votre don est important.**

[**Faire un don**](#)

Fondation Canadienne d'Orthopédie

C.P. 1036, Toronto (Ontario) M5K 1P2

Tél : 1-800-461-3639

No d'organisme de bienfaisance enregistré : 89059 4740 RR0001
