

Dans ce numero

Nouveau président du conseil de la Fondation

Le Dr James Waddell fait membre de l'Ordre du Canada

La lauréate de la Bourse d'études Bones and Phones 2018

Appel de candidatures 2018

Résultats de la classique de golf Bad to the Bone

Inscription à Hip Hip Hourra!

Rapport annuel GLA:DMC Canada

Des activités pour des os en santé

Dernières nouvelles

Partagez notre passion en [vous inscrivant à notre liste d'envoi!](#) Vous recevrez ainsi notre bulletin, LiaisonOrtho, à l'intention des personnes intéressées par la santé de leurs os et articulations et son maintien, ainsi qu'une foule d'autres renseignements sur les activités et programmes à l'appui de notre mission.

Message de la directrice générale et présidente

Comment s'est passé votre été? Ici, à la Fondation Canadienne d'Orthopédie, nous avons été occupés. Nous avons commencé notre été à la Réunion annuelle de l'Association Canadienne d'Orthopédie, à Victoria, où nous avons remis un total fort impressionnant de douze prix et bourses de recherche, la Bourse d'études *Bones and Phones* et, en collaboration avec la Société canadienne de l'épaule et du coude, un prix du meilleur précis. Nous avons ensuite pu profiter d'une journée de golf à la septième classique de golf annuelle *Bad to the Bone*. Enfin, quelques semaines plus tard, nous avons tenu notre assemblée générale annuelle, où nous avons élu notre conseil et nos administrateurs, ces hommes et ces femmes dévoués qui assurent la gouvernance de notre fondation.



Vous pourrez lire sur ces activités dans ce bulletin. Vous en apprendrez aussi davantage sur le succès continu du programme GLA:DMC Canada, à l'intention des personnes atteintes d'arthrose, mis en œuvre par Santé des os et des articulations au Canada. Et nous avons inclus une série de conseils pour rester actifs pendant les dernières semaines de l'été.

Que vous soyez orthopédiste, patient en orthopédie ou fournisseur de soins, ou encore donateur et ami de la Fondation, j'aimerais vous remercier de lire *LiaisonOrtho* et de prendre des nouvelles de la Fondation. Comme toujours, vos suggestions d'articles, questions et commentaires sont les bienvenus. Vous pouvez me joindre à isla@canorth.org.

Isla Horvath

Changement à la présidence du conseil de la Fondation



Le Dr Pierre Guy, Isla Horvath et le Dr Geoff Johnston.

Photo fournie par Paul Wright

À l'assemblée générale annuelle de la Fondation Canadienne d'Orthopédie, le 18 juillet, le Dr Pierre Guy a été nommé à la présidence du conseil. Le Dr Guy est orthopédiste-traumatologue, professeur agrégé et clinicien-chercheur à l'Université de la Colombie-Britannique. Il a été vice-président du conseil de la Fondation pendant deux ans. « La Fondation est très bien positionnée pour concrétiser son mandat grâce au leadership de son président sortant, le Dr Geoff Johnston, au reste du conseil, à son personnel et à ses bénévoles, explique-t-il. Je souhaite poursuivre sur cette lancée et continuer de nouer des relations durables avec nos principaux alliés, y compris les patients, les donateurs, l'industrie et les orthopédistes, de sorte à améliorer nos programmes de recherche, de sensibilisation et de soins.

Le Dr Guy prend la relève du Dr Geoffrey Johnston, qui a terminé son mandat à la présidence du conseil de la Fondation. En remerciant le Dr Johnston pour ses quatre années de leadership, le Dr Stewart Wright, président du Comité des candidatures et de la gouvernance, soulignait : « Le Dr Johnston a été un leader infatigable pour la Fondation : il nous a guidés dans nos efforts afin de recentrer notre mandat de sorte à élargir nos programmes de financement de la recherche tout en continuant d'offrir des programmes de sensibilisation des patients et de soins de premier ordre; il a dirigé l'élaboration d'un nouveau plan stratégique; et il a représenté la Fondation et son conseil à l'interne et ailleurs. » Le Dr Johnston a été nommé président sortant.

Pour en savoir plus sur les membres et administrateurs élus le 18 juillet, [cliquez ici](#).

Le Dr Guy et le conseil de la Fondation ont hâte de travailler à concrétiser la vision de la Fondation, soit une mobilité sans douleur pour toute la population canadienne.

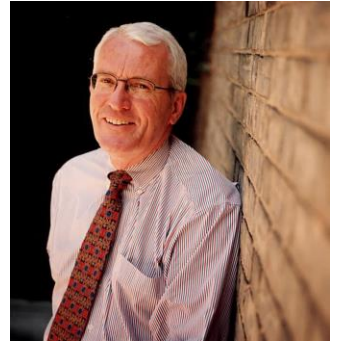
Le D^r James Waddell a été fait membre de l'Ordre du Canada

La Fondation souhaite féliciter le D^r James Waddell, qui a été fait membre de l'Ordre du Canada en juin. Le D^r Waddell a été fait membre en reconnaissance de son leadership indéfectible dans le domaine de la chirurgie orthopédique et de son dévouement en faveur de pratiques exemplaires pour les soins orthopédiques partout au Canada.

L'Ordre du Canada, deuxième distinction honorifique civile au Canada, reconnaît des réalisations exceptionnelles, le dévouement remarquable d'une personne envers la communauté ou une contribution extraordinaire à la nation. Le D^r Waddell mérite bien un tel honneur, vu sa contribution de longue date à la promotion des soins aux patients atteints de troubles orthopédiques et de l'appareil locomoteur au pays et partout dans le monde.

Le D^r Waddell obtient son grade en chirurgie orthopédique de l'Université de Toronto en 1973. Il travaille durant toute sa carrière à l'hôpital St. Michael's, où il est chef de la chirurgie orthopédique de 1980 à 1989. Il participe depuis des années aux activités de l'Association Canadienne d'Orthopédie, dont il est le président en 1997. Ami de longue date de la Fondation Canadienne d'Orthopédie, il est membre de son conseil d'administration de 2007 à 2015, avant d'en assumer la présidence de 2010 à 2014. Le D^r Waddell est aussi connu pour sa collaboration avec des programmes d'orthopédie au Canada et à l'étranger.

Félicitations au D^r Waddell pour cette belle reconnaissance de son travail en orthopédie.



La Bourse d'études *Bones and Phones* est remise à la D^{re} Supriya Singh



La D^{re} Veronica Wadey, la D^{re} Supriya Singh et le D^r Geoff Johnston.
Photo fournie par Paul Wright

Un voyage en Tanzanie dans le cadre d'une mission humanitaire médicale a profondément touché Supriya Singh, alors étudiante en première année de médecine. Là-bas, elle rencontre des enfants de la rue atteints de graves problèmes de santé, comme le rachitisme et d'autres troubles des os, en raison du manque d'eau potable, d'abris et d'aliments nutritifs. Émue de ce dont elle est témoin, Supriya conçoit le projet NYOTA (*étoile*, en swahili), consacrant d'innombrables heures à recueillir des fonds et à raconter l'histoire de ces enfants dans sa collectivité. Grâce à ses propres dons et aux dons de généreux donateurs, 12 premiers enfants de la rue sont maintenant autonomes et en santé.

Maintenant résidente en orthopédie, Supriya continue de contribuer à la santé orthopédique des « étoiles » de Tanzanie. En juin, la Fondation lui a remis la Bourse d'études *Bones and Phones* pour son travail avec le projet NYOTA.

Le Fonds de la Bourse d'études *Bones and Phones* vise à reconnaître des résidents en orthopédie dont la contribution et l'engagement exceptionnels pendant leur résidence ont permis d'améliorer la santé de l'appareil locomoteur dans leur collectivité ou ailleurs. Créée par la D^{re} Veronica Wadey et M. Henry Chow, cette bourse de 1 000 \$ rend hommage au rôle central des orthopédistes dans la vie des gens.

La D^{re} Singh a assurément joué un rôle vital dans la vie de nombreux enfants grâce au projet NYOTA. Pour en savoir plus sur ce projet, [cliquez ici](#).



La D^{re} Singh et des participants du projet NYOTA

Invitation à tous les chercheurs en orthopédie

Il est maintenant possible de soumettre sa candidature pour la bourse et le prix suivants de la Fondation :

Prix J.-Édouard-Samson : Principal prix canadien en recherche orthopédique, le Prix J.-Édouard-Samson reconnaît la meilleure recherche en orthopédie menée sur une période d'au moins cinq ans dans un centre canadien. Ce prix d'une valeur de 30 000 \$ a pour but d'aider le chercheur à pousser ses recherches.

Bourse de l'Héritage de la recherche orthopédique au Canada (HROC) : Créé en 2006, le HROC finance des recherches nouvelles et novatrices destinées à améliorer les résultats pour les patients. La bourse de 20 000 \$ du HROC permet au lauréat de poursuivre ses recherches.

Pour accéder aux formulaires et aux directives, rendez-vous à www.whenihurtstomove.org/fr et cliquez sur « [Prix, bourses et subventions](#) ». La date limite de soumission des candidatures est le 31 octobre 2018.

[Cliquez ici](#) pour en savoir davantage sur les chercheurs qui en ont bénéficié l'année dernière, photographiés ci-dessous.



Un nombre impressionnant de chercheurs en orthopédie ont reçu leur prix ou bourse à la Réunion annuelle de l'Association Canadienne d'Orthopédie, à Victoria, le 20 juin 2018.

Photo fournie par Paul Wright.

Les programmes de financement de la recherche de la Fondation, entre autres programmes, sont soutenus par sa campagne Misons sur une vie sans douleur, qui vise à recueillir des sommes importantes afin de concrétiser le mandat de la Fondation. Merci à nos partenaires de la campagne Misons sur une vie sans douleur : **Zimmer Biomet, DePuy Synthes, Bayer Healthcare, Sunnybrook Orthopaedic Associates et Wright Medical**. Pour en savoir plus sur la campagne, [cliquez ici](#).

Cible dépassée à la classique de golf *Bad to the Bone*

La classique de golf Sherry Bassin *Bad to the Bone* a eu lieu le 25 juin, au club de golf Wooden Sticks, situé à Uxbridge, en Ontario, et a permis de recueillir un peu plus de 110 000 \$.

Les 133 invités ont pris le départ sous un soleil éclatant et bien profité de cette occasion de jouer avec des vedettes du hockey, comme Connor McDavid (Oilers d'Edmonton), Connor Brown (Maple Leafs de Toronto), Alex DeBrincat (Black Hawks de Chicago) et bien d'autres encore.

En soirée, Sherry Bassin assurait encore une fois les rôles d'animateur et d'encanteur, divertissant les invités avec ses histoires. Chez les enchérisseurs, les plus offrants sont rentrés chez eux avec des billets de hockey et de baseball, des bâtons et chandails de hockey signés, et même un forfait-vacances dans les Caraïbes.

Sherry a créé la classique de golf *Bad to the Bone* il y a sept ans, après une quatrième chirurgie orthopédique, afin de témoigner son appréciation à son orthopédiste, le D^r James Waddell, et sa reconnaissance pour les soins orthopédiques qu'il a reçus et qui lui permettent d'avoir une vie active. La Fondation remercie Sherry ainsi que Lawson Gay et Jim Hall, membres du comité d'organisation du tournoi, pour leur travail. Merci également aux bénévoles sur place : Hailey Watkins, John Kasubeck, Peter Salloum et Josh Simpson.

Pour voir la galerie de photos de la classique 2018, [cliquez ici](#).

Nous souhaitons remercier tout spécialement Josh Simpson, notre photographe bénévole pour la journée.



Sherry Bassin prend la pose au banquet avec les vedettes du hockey Connor McDavid, Alex DeBrincat et Dylan Strome et des golfeurs. *Photo fournie par Josh Simpson*

Thanks to our 2018 Bassin Bad to the Bone Sponsors

EVENT SPONSORS



GOLD SPONSORS & BANQUET SPONSOR



LUNCH SPONSOR



CART SPONSOR



EXECUTIVE HOLE SPONSORS



Dr. James P. Waddell, FRCSC
Former Chair, Canadian
Orthopaedic Foundation

The Gordon and Lorraine
Gibson Family Foundation



STANDARD HOLE SPONSORS



Jerry Glass



En marche!



Les orthopédistes et les autres professionnels de la santé sont d'accord : marcher est une excellente façon de rester actif et de retrouver sa mobilité après une chirurgie. Il est donc tout à fait normal que l'une des activités vedette de la Fondation soit axée sur la marche. La campagne *Hip Hip Hourra!* se déroule cet automne, et tout le monde peut y participer : les orthopédistes, les équipes de soins, les patients en orthopédie et les membres de leur famille.

Venez marcher À Saskatoon le 29 septembre. L'activité *Marcher 1 km pour s'amuser* célèbre le retour à une mobilité sans douleur. Que vous ayez subi une arthroplastie de la hanche ou du genou, une chirurgie à l'épaule, à la main, au coude ou au pied, ou que vous vous remettiez d'une fracture, tout le monde peut célébrer le retour à une mobilité sans douleur. Une équipe d'orthopédistes invite ses patients et toute autre personne intéressée à se joindre à elle.

Participez, où que vous soyez au Canada, au Défi podomètre virtuel. Inscrivez-vous, et nous vous enverrons un podomètre. Marchez avec nous du 15 au 19 octobre et ajoutez vos pas aux nôtres. Tout le monde peut participer et planifier ses pas à sa guise pendant cette semaine.

Formez une équipe d'orthopédistes et recueillez des fonds pour vos programmes en relevant votre propre Défi podomètre. Vous pouvez former des équipes de cinq membres ou plus et comptabiliser vos pas. Les équipes recueillant le plus de fonds et enregistrant le plus grand nombre de pas pourront s'en vanter aux quatre vents. Les équipes inscrites peuvent participer à notre programme de partage des recettes; les fonds recueillis sont partagés entre l'équipe d'orthopédistes, pour le financement d'une initiative locale en orthopédie, et la Fondation, pour le financement de ses programmes nationaux liés à la recherche, à la sensibilisation et aux soins.

Faites un don à la campagne si vous ne pouvez pas participer. Exprimez votre reconnaissance envers un orthopédiste qui a eu une incidence sur votre vie ou sur celle d'un être cher.

Pour de plus amples renseignements, écrivez à hjh@canorth.org ou rendez-vous sur l'un des sites Web suivants :

Marche de Saskatoon - www.hiphiphouraylive.org

Défi podomètre - www.hiphiphouray.org

Plus de 600 Canadiens et Canadiennes ont bénéficié du programme GLA:D^{MC} Canada

Le programme GLA:D^{MC} Canada est heureux d'annoncer la publication de son rapport annuel 2017 sur la mise en œuvre du programme GLA:D au Canada et les résultats obtenus. Le rapport présente les faits saillants de l'histoire du programme communautaire de sensibilisation et d'exercices à l'intention des personnes atteintes d'arthrose aux genoux ou aux hanches, de ses débuts à décembre 2017.

Certaines des constatations clés mettent en évidence l'importance du programme pour les personnes atteintes d'arthrose :

- Réduction de l'intensité de la douleur de 28 %
- Amélioration moyenne de la qualité de vie de 10 % et de 25 % respectivement pour les personnes atteintes d'arthrose aux hanches et aux genoux
- Augmentation de l'activité physique chez 35 % des participants

À la fin de la première année du programme, 607 personnes ont pris part au programme, qui a été mis en œuvre dans 61 établissements dans 5 provinces.

[Cliquez ici](#) pour lire le rapport. Pour obtenir de plus amples renseignements sur le programme GLA:D Canada, consultez www.gladcanada.ca (en anglais seulement).



(en anglais seulement)

Activités de renforcement et maintien de la santé des os et articulations

L'activité physique est importante pour maintenir la souplesse des articulations et la force musculaire, mais elle peut également améliorer l'équilibre et la coordination. Elle garde les muscles en santé, ce qui contribue à prévenir les chutes et, donc, les fractures. Le type d'activité qui vous convient le mieux dépend de votre âge et de votre capacité.

À tous les âges, il faut combiner des activités d'intensité vigoureuse et modérée :

- Les activités vigoureuses stimulent votre respiration et accélèrent votre rythme cardiaque.
- Les activités modérées vous gardent actif.

Si vous avez déjà des douleurs articulaires, optez pour des exercices sans impact afin d'éviter d'endommager davantage vos articulations douloureuses. Pensez au vélo, à la natation, même au patin à roues alignées et à d'autres activités où vos pieds ne frappent pas durement le sol (comme la course), ou encore où vos articulations n'ont pas à pivoter et tourner (comme le basketball). C'est important, car ce sont les genoux qui absorbent la plus grande part de l'impact.

À mesure que vos articulations se renforcent, consultez votre médecin et passez graduellement à la marche et aux escaliers. Écoutez votre corps : il vous dira quand vous dépassez vos limites.

Les exercices sans impact sont le choix idéal pour les personnes qui font de l'embonpoint, pour les mêmes raisons que pour les personnes ayant des articulations douloureuses. Plutôt que de risquer d'user vos articulations, optez pour un programme d'exercices sans impact. À mesure que vous perdrez du poids, vous pourrez passer à d'autres activités. Vos articulations vous en remercieront toute votre vie.

Peu importe votre capacité, il est avantageux de choisir un éventail d'activités qui développent différentes habiletés et contribuent à stimuler votre intérêt :

- **Endurance** - Activités vigoureuses sur de longues distances ou périodes
- **Souplesse** - Activités incluant des flexions et étirements, comme le yoga et le taï-chi
- **Force et équilibre** - Activités demandant de la résistance, comme les poids et altères

Pour d'autres conseils sur le renforcement et le maintien de la santé des os et des articulations, rendez-vous à www.whenithurststomove.org/fr. Consultez toujours votre médecin avant de commencer tout programme d'exercice.

Contribuez à une mobilité sans douleur.

La Fondation Canadienne d'Orthopédie est le seul organisme de bienfaisance canadien à se consacrer exclusivement à aider les gens à maintenir et à recouvrer la santé de leurs os et articulations, ou santé orthopédique. Fondée par des orthopédistes canadiens, la Fondation compte trois volets majeurs : la recherche (découvrir des traitements et procédures et améliorer ceux connus), la sensibilisation (fournir livrets et vidéos pour baliser le cheminement orthopédique des patients) et les soins (jumeler des patients et des bénévoles, entre autres dans le cadre de programmes comme GLA:D^{MC} Canada).

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