



SP

l'SPérance

LE JOURNAL DES LAURENTIDES

ÉTÉ / AUTOMNE 2023

SOMMAIRE

P.2. **MARCHE SP**

P.3. Nouvelles sur la recherche

P.4. Le programme de soutien

P.5. Le programme de soutien
Repas rencontre
Espoir famille

P.6. Chronique de Martine
Il fait très chaud!

P.7. Rendez-vous A&W

Déploiement de la délégation de SP Canada à Ottawa

P.8. Mission

Partenaires

Fermeture estivale

Adresse du bureau

Vous déménagez?

APPELEZ-NOUS OU ENVOYEZ UN COURRIEL AVEC VOTRE NOUVELLE ADRESSE

450 436-4469

info.laurentides@spcanada.ca

Ou simplement retourner ce coupon-réponse au bureau

Nom : _____ Tél. : _____

Adresse : _____ No. app. : _____

Ville : _____ Code postal : _____

Courriel : _____

MARCHE SP^{MD}

PLUS DE 98 000 \$

MERCI !

À NOS PRÉSIDENTES D'HONNEUR

Présidente d'honneur de Blainville

Présidente d'honneur de St-Jérôme



Marie-Ève Duclos

Directrice de comptes



Line Roy

Directrice principale,
Développement de marché



ENSEMBLE POUR UN MONDE SANS SP

Merci !

À tous nos participants, donateurs et bénévoles.



Nous soulignons la bienveillance dont vous avez tous fait preuve envers la collectivité de la sclérose en plaques (SP) en y participant.

BONNE NOUVELLE

DESJARDINS CAISSE DE L'ENVOLÉE ET CAISSE DE LA RIVIÈRE DU NORD
soutiennent encore SP Canada — Laurentides pour nos marches en 2024

Notre président d'honneur pour la marche à Blainville sera
Manuel Puga, administrateur

Notre présidente d'honneur pour la marche à St-Jérôme sera
Line Roy, Directrice principale, Développement de marché

PLEIN FEU sur la RECHERCHE



Fractalkine – cible thérapeutique potentielle favorisant la réparation et la régénérescence en cas de SP

20 avril 2023

https://spcanada.ca/recherche-sur-la-sp/nouvelles-sur-la-recherche/fractalkine-therapeutique-potentielle-reparation?utm_source=facebook&utm_medium=social&utm_campaign=Research&utm_content=url_forward&fbclid=IwAR3FB_txOBQNU13Wf3qtAIMlhxvavZh9tUqtZLQprWMeZwngf8rjl-72Efl

Une équipe de recherche a constaté qu'une molécule issue du système immunitaire, appelée fractalkine, favorise la réparation de la myéline (substance dont est constituée la gaine protectrice des fibres nerveuses) dans le cerveau de souris atteintes d'une affection semblable à la SP. Les résultats de l'étude menée par cette équipe de scientifiques démontrent que la fractalkine constitue une cible thérapeutique potentielle pouvant améliorer la réparation et la régénérescence dans le contexte de la sclérose en plaques.

Des études menées antérieurement sur des modèles animaux de SP avaient permis d'établir que la fractalkine est un régulateur important des oligodendrocytes, à savoir les cellules productrices de myéline qui améliorent la réparation des tissus lésés ainsi que la myélinisation dans le SNC. *La fractalkine constitue donc une piste de recherche potentielle au chapitre de la remyélinisation dans le contexte de la SP.*

Détails : Dans le cadre d'une étude récente subventionnée par SP Canada, [Anastassia Voronova, Ph. D.](#), chercheuse de l'Université de l'Alberta, et son équipe de recherche se sont donné pour objectif de déterminer si la fractalkine améliore la réparation des tissus lésés et la remyélinisation dans le cerveau après la survenue d'un épisode démyélinisant ayant entraîné la détérioration ou la déperdition de myéline. À cette fin, les scientifiques ont utilisé des souris saines qui, après avoir reçu des doses de cuprizone destinées à déclencher l'apparition d'une maladie semblable à la SP et la survenue d'un épisode démyélinisant (détérioration de la gaine de myéline), ont été traitées au moyen de perfusions de fractalkine. L'objectif des scientifiques était de déterminer les effets d'un tel traitement.

Résultats : Les membres de l'équipe de recherche ont constaté un accroissement de la production d'oligodendrocytes et de cellules génératrices d'oligodendrocytes (appelées précurseurs des oligodendrocytes – PO) à la suite du traitement par la fractalkine. De plus, cette augmentation de la production d'oligodendrocytes et de PO s'est traduite par une remyélinisation dans le cerveau des souris traitées par la fractalkine. Les scientifiques ont aussi observé une réduction du nombre de cellules gliales, qui sont à l'origine de l'inflammation dans le cerveau.

Retombées : L'étude dont il est ici question a permis de cerner une nouvelle molécule, soit la fractalkine, qui favorise la remyélinisation chez des souris atteintes d'une maladie semblable à la SP. Les connaissances qui pourront être tirées de cette étude contribueront à l'élaboration de nouveaux traitements et stratégies efficaces contre la SP.



Fausses couches précoces (durant le premier trimestre) chez les femmes atteintes de SP

29 avril 2023

Détails : Mme Dessa Sadovnick, Ph. D., de l'Université de la Colombie-Britannique, et son équipe de recherche se sont proposé de comparer la fréquence des fausses couches précoces (soit celles qui surviennent au cours du premier trimestre) observée chez des femmes atteintes de SP à celle observée au sein de la population générale. L'équipe de recherche a recueilli des données auprès de 205 femmes atteintes de SP qui étaient enceintes ou qui essayaient d'avoir un enfant, et a examiné les dossiers médicaux de ces dernières, notamment les antécédents d'utilisation de médicaments modificateurs de l'évolution de la SP (MMÉSP).

Résultats : Il y a eu 208 grossesses chez les femmes atteintes de SP admises à l'étude CANPREG-MS, dont 36 qui se sont soldées par une fausse couche précoce chez 24 de ces femmes. Cette étude a révélé que le taux de fausses couches précoces chez les femmes atteintes de SP, qui est de 17 %, se situe dans la marge prévue au sein de la population générale du Canada, soit de 15 à 20 %.

> Sur les 24 femmes qui ont subi au moins une fausse couche précoce, 21 avaient été exposées à un MMÉSP. Huit d'entre elles avaient terminé la phase de sevrage thérapeutique recommandée.

> Les scientifiques ont dénombré huit fausses couches en tout chez cinq femmes qui étaient tombées enceintes après avoir suivi un traitement de fertilité (insémination intra-utérine [IIU] et/ou fertilisation in vitro [FIV]).

Étant donné l'envergure de l'étude, les scientifiques n'ont pas pu déceler un quelconque effet des divers MMÉSP utilisés par les participantes sur les fausses couches. Ces résultats ne signifient pas pour autant qu'une grossesse non planifiée chez une femme sous MMÉSP sera sans danger. L'équipe de recherche continue de recueillir des données en la matière afin de caractériser l'innocuité des MMÉSP avant, pendant et après la grossesse.

Retombées : L'étude CANPREG-MS fournit des données probantes obtenues en contexte réel qui démontrent que le taux de fausses couches précoces n'est pas plus élevé chez les femmes atteintes de SP qu'au sein de la population générale canadienne. Il s'agit là d'éléments d'information utiles pour la planification familiale dans le contexte de la SP. Quoi qu'il en soit, les femmes atteintes de cette maladie qui ont un projet de grossesse doivent discuter de leur plan de traitement avec leur équipe soignante.

https://spcanada.ca/recherche-sur-la-sp/nouvelles-sur-la-recherche/fausses-couches-pr%C3%A9coces-durant-le-premier-trimestre?utm_source=facebook&utm_medium=social&utm_campaign=Research&utm_content=url_forward&fbclid=IwAR07uONhJ4Q3g_9Jdlab7LU3H1Z5McLrYPF-AqeNeUA2b06LcEJ4CBNAHdg

Le programme de soutien

débutera à la mi-septembre 2023, les places sont limitées

COMMUNIQUEZ AVEC NOUS FIN AOÛT POUR RÉSERVER VOTRE PLACE.

Veillez noter que certaines activités peuvent être modifiées sans avis préalable.

Saint-Jérôme

Aquaforme adapté	St-Jérôme			Cours suspendus, en attente d'une entente pour un endroit adapté
Yoga adapté	Au bureau de l'organisme 500, boul. des Laurentides St-Jérôme, LOCAL 28 Accès porte 2, escalier mécanique ou ascenseur	Jeudi	16 h à 17 h	SESSION D'AUTOMNE gratuite / 12 semaines Début 21 septembre
École en mouvement	Au bureau de l'organisme	Mardi	13 h 30 à 15 h	SESSION D'AUTOMNE gratuite / 12 semaines Début 19 septembre
Pilates	Au bureau de l'organisme	Vendredi	11 h à 12 h 15	SESSION D'AUTOMNE gratuite / 11 semaines Début 22 septembre, relâche 6 octobre
Cours de peinture	Au bureau de l'organisme	Lundi	13 h à 15 h	SESSION D'AUTOMNE gratuite / 12 semaines Début 18 septembre, relâche 9 octobre
Chorale	Au bureau de l'organisme	Vendredi	13 h 30 à 15 h	SESSION D'AUTOMNE gratuite / 12 semaines Début 22 septembre
Café-causerie	Au bureau de l'organisme	Jeudi	10 h à 11 h 30	Gratuit 14, 18 sept.– 12, 26 oct.– 9, 23 nov. 7 déc. Artisanat, 14 déc. Bingo hybride
Matinée Quiz	Au bureau de l'organisme	Jeudi	10 h à 12 h	21 sept.– 19 oct.– 16 nov.– 14 déc.

Mont-Laurier

Gym Oxygène	515, rue Hébert Mont-Laurier	Libre	Libre	2,50 \$ / la séance
-------------	---------------------------------	-------	-------	---------------------

ACTIVITÉS PARTAGÉES

Ateliers de dessin	Virtuellement	Mercredi	10 h 15 à 11 h 45	SESSION D'AUTOMNE gratuite Début en septembre
--------------------	---------------	----------	-------------------	---

ACTIVITÉS VIRTUELLES

Yoga adapté virtuel	Virtuellement	Mardi	15 h à 16 h	SESSION D'AUTOMNE gratuite / 12 semaines Début 19 septembre
École en mouvement virtuel	Virtuellement	Lundi	10 h 30 à 11 h 45	SESSION D'AUTOMNE gratuite / 12 semaines Début 18 septembre, relâche 9 octobre
Autres activités virtuelles	Virtuellement			Contactez votre organisme afin de vous informer sur les autres activités virtuelles offertes dans d'autres régions.

« Grâce à l'activité physique, mon niveau d'énergie a beaucoup augmenté. Pour leur part, les exercices de musculation m'ont aidé au quotidien, par exemple à effectuer mes transferts, à sortir du lit et à atteindre les objets dont j'ai besoin. Je soulignerais également que de sortir pour faire du conditionnement physique est extraordinaire pour des rencontres et des échanges. »

– Shawn, atteint de SP progressive primaire, diagnostic reçu en 2006

Le programme de soutien

Saint-Eustache, Blainville et Sainte-Thérèse

Aquaforme adapté	Centre récréoaquatique 190, rue Marie-Chapleau Blainville	Lundi	15 h à 16 h	SESSION D'AUTOMNE gratuite / 12 semaines Début 18 septembre, relâche 9 octobre
Yoga adapté St-Eustache	Maison du Citoyen 184, rue St-Eustache St-Eustache	Lundi	11 h à 12 h	SESSION D'AUTOMNE gratuite / 12 semaines Début 18 septembre, relâche 9 octobre
Yoga adapté Blainville	Chalet Dubreuil 80, rue Dubreuil Blainville	Jeudi	13 h à 14 h	SESSION D'AUTOMNE gratuite / 12 semaines Début 21 septembre
École en mouvement	Pavillon Olivier Chénier 315, rue Albert St-Eustache	Mercredi	10 h à 11 h 30	SESSION D'AUTOMNE gratuite / 12 semaines Début 20 septembre
Pilates Blainville	Chalet Dubreuil 80, rue Dubreuil Blainville	Jeudi	10 h à 11 h 15	SESSION D'AUTOMNE gratuite / 12 semaines Début 21 septembre
Café spécial (activité libre)	À la foire alimentaire de la place Rosemère	1 vendredi sur 2	11 h 30 à 13 h 30	Activité libre, les membres se réunissent par eux-mêmes

Repas rencontre 2023

St-Jérôme	255, rue Martigny <u>Restaurant Scores</u>	Mercredi 20 septembre et 9 décembre (brunch des Fêtes, lieu à déterminer)	11 h 30 vers midi
St-Eustache	413, boul Arthur-Sauvé <u>Restaurant Scores</u>	Mercredi 27 septembre et 9 décembre (brunch des Fêtes, lieu à déterminer)	11 h 30 vers midi
Ste-Agathe-des-Monts	550, rue Principale <u>Restaurant Le Fumet</u>	Mercredi 13 septembre et 13 décembre	11 h 30
Mont-Laurier	<u>Pizzeria Place Mont-Laurier</u> 457, boul. Albiny-Paquette	Jeudi 21 septembre et 6 décembre	11 h 30
Rivière Rouge	<u>Restaurant Tim Horton</u> 2139, rue de l'Annonciation sud		15 h 30
Mont-Tremblant	<u>Restaurant St-Hubert</u> 330, rue St-Jovite		17 h

Espoir famille 2023

Du 20 au 22 octobre, à Victoriaville

(Re)trouver sa communauté de la SP

Un week-end axé sur la sclérose en plaques
vous permettant de tisser des liens avec votre communauté

À vivre en solo, en couple ou en famille!

Inscription bientôt

Des rabais seront accordés
par votre organisme



ESPOIR
famille

Détails à venir

SP Canada
Division du Québec

Martine jardine, encore !

La chronique de Martine!



Ben oui encore cette année le temps des plantations arrive et je « pête » le feu. Je me lance, étendre la terre une brouette à la fois, ensuite « go » direction la jardinerie, les plantes et les légumes. Quelques plantes plus tard, je regarde le tout avec une telle satisfaction. Mes petits légumes sont plantés eux aussi, ma marmotte qui avait tout mangé l'an dernier sera gâtée encore cette année! Ha! Ha! Ha! Je crois que je vais lui mettre une petite pancarte « bon appétit ».

J'ai eu la chance de déguster de belles rhubarbes plantées l'an dernier, qui sont maintenant à maturité. Un beau souvenir de jeunesse a refait surface à ma première croquer!

Pendant ce temps mon chien fidèle attend patiemment que je lui dise: o.k. Une petite promenade dans le bois ça te dit? Vous devinez sa réponse. Juste à me promener doucement dans les petits sentiers près de la maison, quel calme, quelle belle façon de méditer et rester dans ma vie sans stress.

De retour à la maison, j'ai une surprise qui me fait monter des larmes aux yeux, j'ai un beau petit oiseau-mouche (colibri) qui est dans la mangeoire installée le matin même. Depuis ce jour il vient faire son tour presque chaque jour, soit dans la mangeoire ou à butiner les fleurs pour s'abreuver de leur nectar.

Bref les mains dans la terre j'ai l'impression d'être en contact avec la vie, MA vie, et j'apprécie tellement la chance d'avoir la capacité de profiter de chaque petit moment de bien être qui passe. Oui, la sclérose en plaques a changé ma vie, mais j'apprécie chaque moment où je suis bien, chaque moment de bonheur, et plein de bonheur ben, ça fait des journées.

Bon été à tous, et bons légumes avec ou sans marmottes!



Pour vous protéger des effets de la chaleur :

-  buvez **beaucoup d'eau**, sans attendre d'avoir soif ;
-  fermez les **rideaux ou stores** lorsque le soleil brille, et ventilez si possible lorsque la nuit est fraîche ;
-  passez quelques heures par jour dans un **endroit climatisé ou frais**.

Un malaise ? Des questions sur votre santé ?
Appelez Info-Santé au **811** ou renseignez-vous
auprès d'une infirmière ou d'un médecin.

En cas d'urgence, appelez le 9-1-1.

Pour en savoir plus :

Québec.ca



**Votre état de santé peut
se détériorer rapidement.**

— LE 17 AOÛT —
DES BURGERS
POUR
STOPPER LA SP



15^e édition



Fière partenaire de

SP Canada

Les Services alimentaires A&W du Canada Inc. se joignent à Sclérose en plaques Canada pour la 15^e année consécutive afin de collecter des fonds au profit de la mission de notre organisme et de sensibiliser le public au fait que le Canada affiche l'un des plus forts taux de SP du monde. Plus il y aura de gens qui nous offriront leur appui, plus nous pourrons collecter des fonds et accroître la sensibilisation à la SP.

Pour chaque Teen Burger™ vendu le jeudi 17 août par un restaurant A&W, n'importe où au Canada, 2 \$ seront remis à la Sclérose en plaques Canada .

À compter du 17 juillet, les moyens suivants seront proposés à la population afin de faire leur don :

1. Arrondir le montant de la facture;
2. Faire un don (d'une valeur à déterminer par le client) au moment de passer à la caisse;
3. Donnez simplement votre monnaie;
4. Faire un don en ligne.

Alors, si tu veux profiter au maximum de ton « cheat day » ou simplement faire un petit don qui pourrait changer bien des vies, n'hésite pas à te procurer un Teen Burger (ou trois) le 17 août prochain à l'occasion

du Rendez-vous A&W pour stopper la SP,
organisé dans tous les A&W de la province (et même du pays)!

AIDEZ-NOUS À ATTEINDRE NOTRE
BUUUUUUUUT!

Ensemble pour vaincre la SP



Dans le cadre du Mois de la sensibilisation à la sclérose en plaques, des dizaines de représentants et de représentantes de SP Canada se sont déployés à Ottawa, du 1^{er} au 3 mai afin d'accomplir un travail de sensibilisation, mais aussi pour plaider en faveur de l'adoption de différentes mesures visant à améliorer les conditions de vie de personnes atteintes de sclérose en plaques. Différentes priorités ont retenu l'attention lors de ces discussions : recherche sur la SP, sécurité du revenu, sécurité d'emploi, accès aux traitements contre la SP et soins et hébergement.

Merci à Luc Thériault, député de Montcalm d'avoir chaleureusement accueilli la délégation de SP Canada lors de l'une de ces rencontres prévues à l'occasion de cette visite à Ottawa.



NOTRE VISION

Un monde sans sclérose en plaques.

NOTRE MISSION

Mobiliser la collectivité de la SP en vue de la réalisation de progrès notables.

COLLECTIVITÉ DE LA SP

Fournisseurs de soins de santé
 Donateurs
 Collectivités connexes
 Employeurs
 Collecteurs de fonds
 Famille
PERSONNES ATTEINTES DE SP
 Amis
 Défenseurs
 Décideurs en matière de politiques
 Chercheurs
 Personnel de la Société de la SP
 Organismes partenaires
 Bénévoles



DISTRIBUTEUR-GROSSISTE EN PLOMBERIE ET CHAUFFAGE

M.I. VIAU & FILS LTÉE



Louise Chabot

Députée de Thérèse-De Blainville

450-965-1188

louise.chabot@parl.gc.ca

8 rue St-Charles

Sainte-Thérèse QC J7E 2A2



TOITURES HOGUE INC.

Le nord

Une voix forte à Ottawa pour les gens d'ici !



Desjardins

En cette période estivale, nos bureaux seront ouverts sporadiquement du lundi au vendredi de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h .

Veuillez prendre un rendez-vous svp.

Prendre note que nos bureaux seront fermés du 31 juillet au 11 août 2023

Suivez-nous sur facebook.

https://www.facebook.com/SPCanadaLaurentides/

500, boul. des Laurentides, local 28, St-Jérôme, J7Z 4M2
 Téléphone : 450 436-4469 Sans frais : 1 866 590-4469
 Télécopieur : 450 436-3273
 Courriel : info.laurentides@spcanada.ca
 Site Web : <https://spcanada.ca/ms-canada-laurentides>

SP Canada
Laurentides