



OSTÉOPOROSE

RAPPORT D'IMPACT

2021-2022



MON HISTOIRE KAREN NOEL

Lorsque le médecin de Karen lui a annoncé qu'elle souffrait d'une ostéoporose avancée, elle a eu un choc. Karen n'avait que 55 ans à l'époque, elle était active et en excellente santé... à l'exception des douleurs dorsales qu'elle avait ressenties après une chute qu'elle avait faite sept mois plus tôt.

Ce n'est jamais le bon moment pour recevoir un diagnostic qui change votre vie, mais le fait d'être en pleine pandémie mondiale en apprenant la nouvelle a rendu les choses encore plus difficiles pour Karen. Elle était atterrée.



**Je n'oublierai jamais le coup
de fil qui a changé ma vie
pour toujours.**

Quand elle a réalisé qu'elle avait l'ossature d'une personne de 85 ans, Karen s'est demandé à quoi ressembleraient les 25 prochaines années de sa vie.

Elle a pensé à ses filles, qui avaient alors 18 et 21 ans, et à son espoir d'avoir des petits-enfants. Serait-elle capable d'être la grand-mère active qu'elle avait rêvé d'être le moment venu? Les images qui lui traversaient l'esprit étaient effrayantes.

Le lendemain du diagnostic, Karen a consulté le site Web d'Ostéoporose Canada et elle s'est inscrite à des groupes de soutien en ligne. Comme des milliers d'autres Canadiennes et Canadiens, elle a pu accéder facilement à de l'information pour l'aider à s'adapter à cette nouvelle qui bouleversait sa vie. Elle a notamment trouvé des groupes de soutien et des ressources en ligne, et elle a pu se renseigner sur les options de traitement, sur la nutrition, l'exercice et plusieurs autres aspects de la question.



**Heureusement, j'ai découvert
Ostéoporose Canada.**

Depuis son diagnostic, Karen se soucie toujours de la santé osseuse de ses filles. Ses filles sont peut-être de jeunes adultes, mais elles sont encore dans la période de « formation des os » et Karen leur parle souvent de ce qu'elle a appris d'Ostéoporose Canada.

Karen a découvert à quel point il est important que chacun s'informe sur ses facteurs de risque et prenne des mesures pour préserver la santé de ses os. Elle fait de l'exercice, développe sa force et tente de reprendre les activités qu'elle aime, comme les randonnées en famille. Elle se renseigne sur les meilleures façons d'intégrer à son alimentation des nutriments recalcifians, comme le calcium et les protéines, et prend un supplément de vitamine D à chaque jour.

Il était également important pour Karen de se concentrer sur l'aspect émotionnel de cette maladie. Elle s'est empressée de s'inscrire à des groupes de soutien en ligne pour pouvoir entrer en contact avec d'autres personnes vivant une situation semblable.

Depuis son diagnostic, Karen a appris que de nombreuses idées fausses circulent encore sur l'ostéoporose – il ne s'agit pas d'une partie « normale » du vieillissement et elle ne touche pas seulement les « femmes âgées ».

Aujourd'hui, elle gère son ostéoporose et, comme d'autres Canadiennes et Canadiens, elle a accès aux groupes de soutien et aux ressources d'Ostéoporose Canada, elle s'est renseignée sur les options de traitement et, surtout, elle a retrouvé un sentiment de contrôle sur sa santé.



Le soutien que j'ai reçu d'Ostéoporose Canada, de ses groupes de soutien et d'autres personnes atteintes d'ostéoporose m'a sauvé la vie. Le fait que quelqu'un d'autre partage son expérience avec moi m'a rendue tellement plus forte – je me suis immédiatement sentie moins seule et moins isolée.

Je n'avais plus à me débrouiller toute seule.



Karen Noel
Mon Histoire

SAVIEZ-VOUS QUE...

La santé osseuse est importante à tout âge, mais surtout pendant l'enfance et l'adolescence, lorsque les os sont encore en pleine croissance. Comme la plupart des gens atteignent leur taille et leur force osseuse maximales – le pic de masse osseuse – à l'âge de 30 ans, il est important d'adopter des comportements sains dès le plus jeune âge afin d'optimiser la santé osseuse et de réduire le risque de développer une ostéoporose plus tard dans la vie.



NOTRE PORTÉE

F2021 - 2022

LA DIFFÉRENCE QUE VOUS FAITES!

Ostéoporose Canada reste en contact avec un plus grand nombre de personnes, dans un plus grand nombre de collectivités partout au pays, afin de s'assurer que les ressources et le soutien atteignent ceux qui en ont le plus besoin. Avec plus de 2,3 millions de Canadiennes et de Canadiens atteints d'ostéoporose, nous devons, plus que jamais, faire de la santé osseuse une priorité.


Aujourd'hui, quand les gens cherchent des renseignements, ils consultent le Net, et Ostéoporose Canada a créé un concentrateur virtuel rigoureux, centralisé et adapté aux besoins pour atteindre le plus grand nombre de personnes possible.

Le site Web d'Ostéoporose Canada est fondé sur des données probantes et offre une programmation novatrice, des blogues, des balados, des ressources, des outils et plus encore. Les webinaires éducatifs, la programmation virtuelle, le soutien communautaire par les pairs, les médias sociaux et les communications directement dans votre boîte de réception, en plus de votre boîte aux lettres et du téléphone, élargissent les façons dont nous nous connectons, communiquons et répondons aux besoins des personnes vivant avec cette maladie qui change le cours de leur vie.

 **OSTÉOPOROSE**

SITE WEB

Anglais

 **384,176**

internautes



1,202,36

pages consultées

Français

 **104,480**

internautes



182,304

pages consultées

OUTIL ÉVALUEZ VOTRE RISQUE

Anglais



11,885

consultations
préliminaires de
la page d'accueil



6,498

tests réalisés

Français



901

consultations
préliminaires de la page
d'accueil



821

tests réalisés

OUTIL CALCULEZ VOTRE CALCIUM

Anglais



82,280

consultations
préliminaires
de la page
d'accueil



29,241

tests réalisés



6,243

consultations
préliminaires de la
page d'accueil



2,060

tests réalisés

MÉDIAS SOCIAUX



370

total des publications



809,668

portée totale



1,296,925

total des publications



64,500

total des visionnements



20

nouvelles vidéos

PROGRAMMES

227

nombre total de programmes

3,572

total des participants

95

nombre total de séances de groupes de soutien

954

total des participants

SAVIEZ-VOUS QUE...

PLUS DE 2,3 MILLIONS DE CANADIENNES
et de Canadiens vivent avec l'ostéoporose

PLUS DE 80 % DES FRACTURES
chez les personnes de plus de 50 ans sont dues à l'ostéoporose

OSTÉOPOROSE



Blogue OC

L'ostéoporose et la douleur –

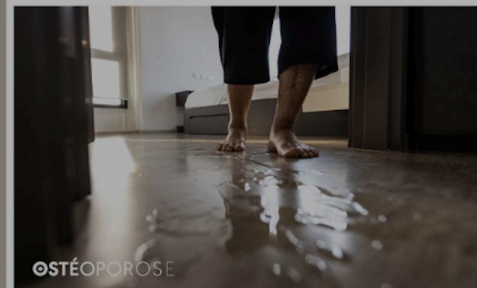


Blogue OC

Le yoga et l'ostéoporose :
des suggestions pour une pratique
sécuritaire et appropriée – Partie 2

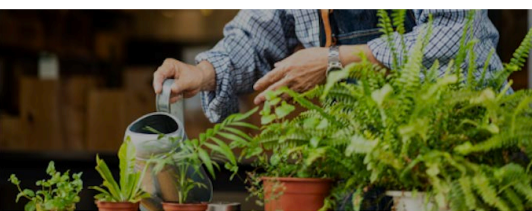
NOUVEAU BLOGUE OC

L'IMPORTANCE DE LA PRÉVENTION
DES CHUTES POUR RÉDUIRE
LE RISQUE DE FRACTURE OSSEUSE



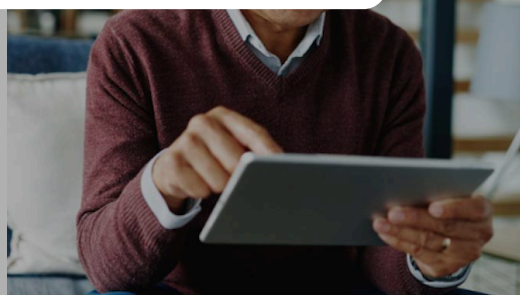
OSTÉOPOROSE

11 BILLETS DE BLOGUE 9,202 VISIONNEMENTS



Jardiner de façon sécuritaire lorsque l'on est
atteint d'ostéoporose

Maintenant que le printemps est officiellement arrivé, bon nombre d'entre nous sont
fébriles à l'idée de sortir pour profiter de notre balcon ou de notre jardin.



Me sortir de l'isolement grâce à Zoom



LE VOYAGE ET L'OSTÉOPOROSE –
PARTIE 2



Blogue OC

Le yoga et l'ostéoporose :
des suggestions pour une pratique
sécuritaire et appropriée – Partie 1

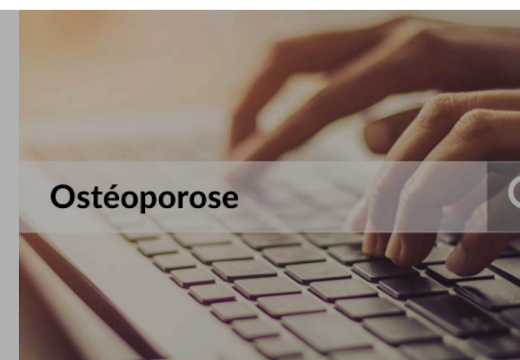


24 COURRIELS ENVOYÉS

7,002 CONSULTATIONS / INTERACTIONS



Intervention rapide
Vaccination contre la COVID-19 et traitement
médicamenteux de l'ostéoporose



Ostéoporose

Blogue: Utiliser internet pour se renseigner
sur la santé



FAITS SAILLANTS DE L'EXERCICE FINANCIER SE TERMINANT LE 31 MARS 2022

Le Fonds de programmes d'Ostéoporose Canada, qui comptabilise les revenus et dépenses associés à l'éducation, aux activités de sensibilisation et de représentation, à l'administration et à la collecte de fonds, présentait un déficit de 69 574 \$ à la fin de l'exercice. Le solde du Fonds des programmes en fin d'exercice était de 704 560 \$.

Le Fonds de réserve, établi pour pallier les circonstances imprévisibles entraînant un manque de revenus ou des dépenses inattendues, présentait un solde de 1 316 681 \$ à la fin de l'exercice financier.

Le Fonds de recherche, qui fournit les ressources financières aux projets de recherche scientifique sélectionnés par le Conseil consultatif scientifique d'Ostéoporose Canada, a terminé l'exercice financier avec un solde de 1 964 401 \$.

Le Fonds des legs, qui est constitué de dons attribués à des projets précis, a terminé l'exercice financier avec un solde de 2 474 \$.

Au nom du conseil d'administration, je profite de cette occasion pour remercier tous les bénévoles ainsi que les membres du personnel et de la direction d'Ostéoporose Canada pour leur inestimable contribution au succès de notre organisation, tout particulièrement durant cette période éprouvante et imprévisible de pandémie de COVID-19.

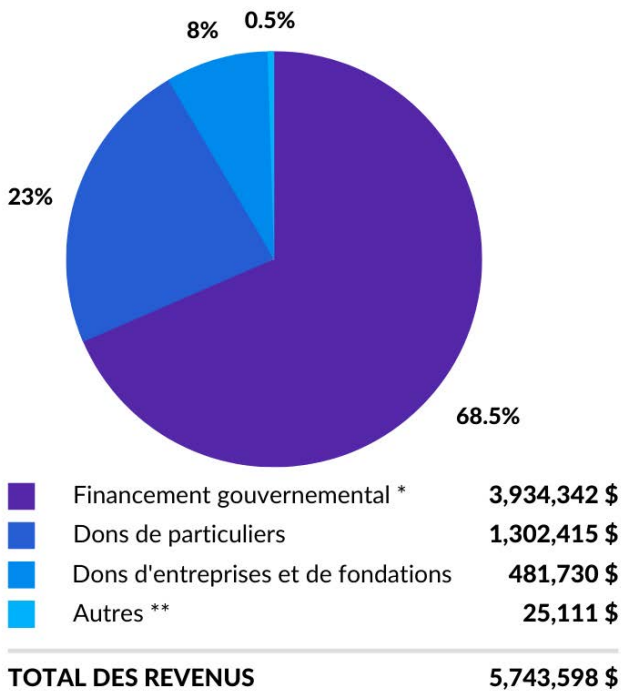
Recevez mes plus sincères salutations,



Celeste Munger

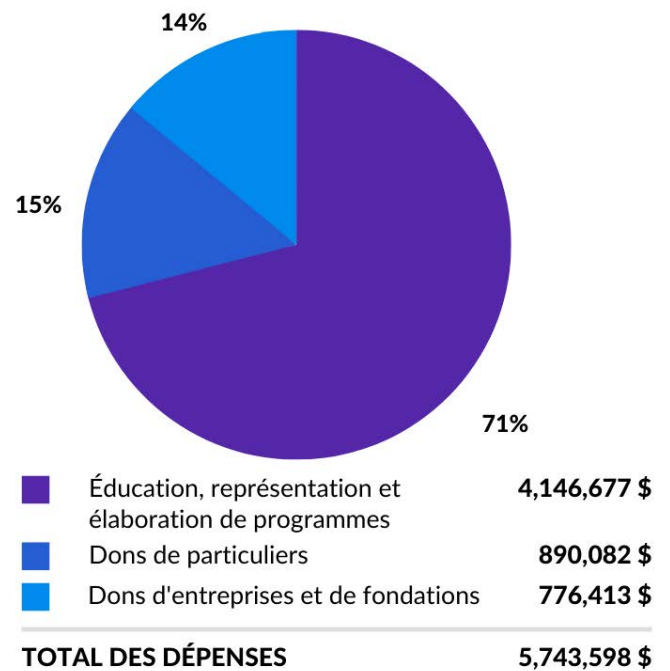
Trésorière, Conseil d'administration national

REVENUS DU FONDS DE PROGRAMMES



*Ontario Ministry, Federal Government & Other Provincial funding
 ** Gaming, Community Groups & Interest/dividends

DÉPENSES DU FONDS DE PROGRAMMES



SAVIEZ-VOUS QUE...

Une personne sur trois ayant subi une fracture de la hanche en subira une autre dans l'année

22 % des femmes et 33 % des hommes ayant subi une fracture de la hanche mourront dans l'année qui suit

UN MESSAGE DE NOTRE PRÉSIDENTE ET CHEF DE LA DIRECTION ET DE NOTRE PRÉSIDENTE DU CONSEIL

Au cours du dernier exercice financier, les partenaires, les donateurs, les bénévoles et tous les alliés d'Ostéoporose Canada ont participé et se sont engagés de façon active et enthousiaste à soutenir la mission et la vision de l'organisation. Bien que nous ayons dû continuer à relever les défis associés à la pandémie, notre collaboration a permis de réaliser des progrès importants pour rendre les Canadiens et les Canadiennes solides à l'os.

Notre programmation et notre soutien virtuels, assurés par un personnel et des bénévoles qualifiés, continuent d'être une étape importante – souvent la première – après un diagnostic. Pour les personnes qui vivent avec la maladie depuis de nombreuses années, ces programmes et groupes de soutien continuent de se développer en les informant sur la façon de réduire leur risque de fracture et de bien vivre tout en établissant des liens, en partageant et en inspirant d'autres personnes atteintes d'ostéoporose.

Nos cliniciens et chercheurs – membres bénévoles du Conseil consultatif scientifique (CCS) – poursuivent inlassablement leur travail afin de peaufiner la prochaine publication des nouvelles lignes directrices de pratique clinique, tout en partageant leur expertise au moyen de présentations, de balados et de nombreuses autres initiatives.

Les webinaires éducatifs, le site Web, dont sa section Recettes, l'infolettre Solides à l'os, les balados d'OC et le Blogue OC, sans oublier la ligne 800 sans frais, continuent d'offrir différentes façons de s'informer, de partager des renseignements et de rester en contact. Vos commentaires, qu'ils proviennent de sondages, de courriels, d'appels ou d'autres sources, sont inestimables et guident notre équipe dans l'élaboration de nouvelles ressources et l'amélioration de nos outils et contenus actuels.

Nos activités de sensibilisation, nos ressources et nos outils ne pourraient être réalisés sans la générosité et l'investissement soutenu de nos partenaires commerciaux, de nos bailleurs de fonds et de nos donateurs individuels, comme vous. Vos contributions nous permettent de continuer à favoriser la santé osseuse des Canadiennes et des Canadiens et à les aider à gérer l'ostéoporose et les risques de fractures qui y sont liées.

Parmi les autres nouvelles intéressantes, citons la publication par l'Agence de la santé publique du Canada (ASPC) du **Rapport du Système canadien de surveillance des maladies chroniques (SCSMC) 2020** intitulé **L'ostéoporose et les fractures connexes au Canada** et d'une infographie intitulée **L'ostéoporose et les fractures connexes au Canada, 2021**. Au cours des dernières années, Ostéoporose Canada a travaillé en étroite collaboration avec l'ASPC pour aider à la collecte de données dans le cadre du SCSMC.

À partir de ces nouvelles données, Ostéoporose Canada a mis à jour et harmonisé ses faits et statistiques sur la santé osseuse et l'ostéoporose, que vous pourrez consulter dans le rapport d'impact de cet exercice financier et dans les publications et ressources numériques à venir.

En terminant, nous tenons à vous remercier encore une fois – vous, notre communauté d'alliés, de partenaires, de bénévoles, de généreux donateurs et de membres du personnel – pour votre ténacité, votre générosité et votre engagement indéfectible envers Ostéoporose Canada et pour l'aide que vous apportez aux plus de 2,3 millions de Canadiennes et de Canadiens atteints d'ostéoporose, dans le but de créer un Canada sans fractures ostéoporotiques.

Ensemble, nous rendrons les Canadiens et les Canadiennes solides à l'os.



Famida Jiwa, Ph. D.
Présidente et chef de la direction,
Ostéoporose Canada



Jeannette Briggs
Présidente du conseil
d'administration national