Le 50 plus

Un homme extraordinaire nous a quittés dans le silence

Robert
GAGNÉ
BILLET
Collaboration spéciale

Dans la tradition catholique, le mois de novembre est un moment propice au rappel de nos parents et amis décédés. Curieusement, le 1er novembre coïncide avec la fête religieuse de la Toussaint. L'ami aîné à qui je veux rendre hommage a quitté cette terre pour une renaissance à l'éternité le 1er novembre.

Comment présenter un tel homme? Comment limiter un hommage à certains traits de sa personnalité? Je prendrai l'angle de l'amitié que j'ai laissé grandir en moi dans les dernières années à son contact.

Je l'appelais souvent dans ma tête «mon grognon favori» puisqu'il utilisait souvent un certain ton quand il me faisait ses commentaires sur différents sujets. Mais j'ai vite appris à l'apprivoiser puisque sous sa carapace un peu austère, se cachait un cœur en or.

Aurèle Brûlé était réputé un homme d'une grande rigueur. Croyant averti et convaincu, homme cultivé et bien informé, il pouvait facilement imposer ses points de vue. Pour le contester, il fallait être bien préparé et renseigné.

Homme d'une grande culture, il s'intéressait à tout. La musique faisait partie de sa vie puisqu'il dirigeait encore l'an dernier une chorale dans son milieu de vie. Il aimait aussi les voyages qu'il a partagés avec son épouse et ses amis. Les mots croisés de La Presse n'avaient pas de secret pour lui. Son amour du pays et de la langue française était omniprésent dans toutes ses interventions.

Comme je le dis si bien, on ne pouvait pas lui en passer. Je me souviens avec quel malin plaisir il auscultait mes textes afin d'y trouver une petite faute ou une erreur de syntaxe. Il aimait bien se payer notre tête.

Jusqu'à la fin, il aura été actif et perspicace. Il corrigeait encore des textes de la Société de généalogie de l'Estrie dans les dernières semaines. Il a collaboré à la réalisation d'une courte biographie d'un bijoutier sherbrookois créateur, monsieur François Costanzo. Il maintenait à jour sa correspondance par ses courriels à ses amis. Il y a quelques années, il a rédigé un album dans lequel il présentait l'ensemble de ses frères et sœurs de la famille Brûlé.

Aurèle était un homme de cœur. Madame Claire, son épouse, nous a confié comment ils faisaient tout ensemble. J'aimais les appeler les deux tourtereaux, inséparables. Sa ritournelle de chaque matin: «Ce jour que fit le Seigneur est un jour de joie, alléluia!»

Aurèle, éducateur, patriote, père, mari et ami fidèle nous te saluons et te rendons hommage. Ton attachement au pays du Québec ne s'est jamais démenti et tu auras porté bien haute la flamme de ta fierté.

Dans quelques jours, la Société de généalogie te décernera un prix honorifique à titre posthume. Tu nous laisses en héritage tes grandes valeurs qui nous guideront pour le reste de nos vies.

ARCHIVES, LA NOUVELLE

Son attachement au pays du Québec du Sherbrookois Aurèle Brûlé ne s'est jamais démenti.

Pour contrer l'incontinence

Catherine
BOUCHARD

Prendre ses petits-enfants dans ses bras, et *hop!* une fuite. Avoir un grand éclat de rire. Encore une perte. Se pencher ou soulever quelque chose, et par accident, s'échapper. C'est ce que vivent 55 pour cent des femmes de plus de 65 ans. Et elles le font en silence.

L'incontinence urinaire demeure à ce jour un sujet tabou. Pourtant, les études démontrent qu'elle touche la majorité des femmes aînées. C'est pour cette raison que la Chaire de recherche du Canada en santé urogynécologique et vieillissement s'est penchée sur des solutions à cette problématique.

La chercheure Chantale Dumoulin, responsable de cette chaire, souligne que son équipe a regroupé de nombreuses femmes souffrant d'incontinence pour savoir ce qu'elles voulaient. Des médicaments? Des chirurgies? Nenni. Ces femmes désiraient apprendre des exercices pour avoir un meilleur contrôle sur les muscles responsables de ces fuites.

«Ce qui fait le plus mal de l'incontinence, c'est que ça donne vraiment l'impression d'être vieux! Pour elles, c'est une question de dignité et d'autonomie. Elles veulent avoir elles-mêmes les outils pour contrôler le tout, sans avoir à se médicamenter. Jusqu'ici, les dames que nous avons traitées ont toutes un meilleur contrôle face à leur fuite d'urine. On constate une diminution de 40 pour cent du total des fuites», raconte Chantale Dumoulin.

En plus des exercices qui leur sont enseignés, les femmes reçoivent des conseils d'alimentation. Ainsi, elles doivent éviter tout ce qui est acide lorsqu'elles ont des sorties, par exemple. Le surpoids crée une pression sur les muscles du plancher pelvien, muscles responsables de retenir le jet d'urine. «Je dis souvent à nos patientes que si elles perdent du poids, ça améliore la situation beaucoup.»

Actuellement, des Sherbrookoises de plus de 60 ans souffrant d'incontinence sont recherchées pour faire partie du groupe de recherche qui débutera en janvier. L'étude menée par Chantale Dumoulin tente de démontrer que les résultats entre deux types d'exercices sont équivalents.

«Les chercheurs ne s'entendent pas sur ce qui est le plus efficace, entre deux programmes. Notre étude tente de démontrer que les deux méthodes s'équivalent, parce qu'un est plus dispendieuse que l'autre», raconte la chercheure.

Évidemment, les femmes qui accepteront de participer à l'étude n'auront aucun frais à payer et seront suivies pendant 12 semaines. Actuellement, 280 candidates sont toujours recherchées. Les intéressées peuvent communiquer avec Mélanie Morin au 819 346-1110, poste 18439, ou à etude@lab-urogyn.com

3341718

Piano et douceurs

Suite à la perte d'un être cher et malgré les aléas de la vie, à l'approche de la période des fêtes, offrons-nous le temps d'apprivoiser et de se réapproprier la joie de Noël.

Pianiste, violoniste, chanteuse et textes choisis pour un moment tout en douceur avec des mélodies contemporaines qui nous conduiront jusqu'à celles de Noël.

Collation et café seront servis.

Le dimanche
1er décembre 2013, à 10 h 30

NOS VALEURS SONT MISES À PROFIT
SOUTIEN

Nous sommes la COOPÉRATIVE FUNÉRAIRE DE L'ESTRIE

485, rue du 24-juin
Sherbrooke (Québec) J1E 1H1
www.coopfuneraireestrie.com

Entrée gratuite
Prière de réserver, place limitées
819 565-7646

3027259

3255037

DÉPART DE SHERBROOKE - GROUPES ACCOMPAGNÉS

OFFREZ UN CHÈQUE-CADEAU POUR NOËL!

SALON DES MÉTIERS D'ART
17 au 31 janvier
(1 repas)
OU SPÉC. DÉCEMBRE
(1 repas) AU CHOIX 14 décembre

RIVIERA MAYA
17 au 31 janvier
OU SPÉCIAUX SUD

OSM ET COUP DE CHAPEAU AUX BELLE SOEURS
(1 repas)
16 avril

LES IDOLES À QUÉBEC
(1 repas)
2 ou 3 mai AU CHOIX

RENDEZ-VOUS AVEC NOS STARS AU CENTRE BELL
(1 repas) 28 juin

Agence de VOYAGES LENNOXVILLE

www.voyageslennoxville.com
1285 Bowen sud, Sherbrooke
819-346-7500 • 819-791-7507
Titulaire d'un permis du Québec et intermédiaire en transport.