



Le Lion Fauve



Bulletin du Club Lions de Granby
Remise de charte le 27 octobre 1984



DISTRICT U-4 RÉGION 55 EST

MAI 2013

Au sommaire

.....	
Parlons-en !	2
Conseil des gouverneurs	5
La vue de A à Z	7
Personnes âgées et l'auto	8
Curiosité	9
Dossier diabète	10
Prendre note et Anniversaires	12
Remerciements	13
Les événements en photos	14
	@
	19

Mot du président

Chers ami(e)s Lions

Grâce à la collaboration de tous et de toutes les membres du club, notre congrès du U-4 fut un réel succès et nous pouvons en être fiers. Plusieurs participants n'ont pas hésité à nous faire connaître leurs commentaires sur l'organisation impeccable de ce congrès 2013. Bravo à tous et à toutes et particulièrement aux membres du comité organisateur et sa présidente, lion Myreille.

Personnellement, comme président j'aurais voulu faire plus d'activités durant mon année de présidence. Mais je me devais de donner le plus de marge possible à l'organisation de l'événement qu'était le congrès. Et je ne le regrette pas. Ce fut un succès dont on parlera encore longtemps.

Notre année lion s'achèvera dans quelques mois et plusieurs se disent que cette année est passée trop vite. C'est vrai qu'avec l'organisation du congrès on n'a pas vraiment vu passer l'année, du moins 2013. Mais je reste persuadé que la nouvelle équipe saura donner encore plus de dynamisme à notre club et à nos activités.

Notre club a encore cette année pris la vedette pour le concours d'efficacité des clubs avec un score éblouissant. On s'attend à ce que au cours de la prochaine année ce score ne soit pas aussi élevé. Toutefois il n'en tient qu'à nous pour nous hisser encore au sommet de l'efficacité des clubs. D'ailleurs à entendre parler certains officiels de d'autres clubs, nous devenons de plus en plus un exemple pour eux en matière de visites des autres clubs. Continuons dans cette voie qui représente une dynamique intéressante..

Éditeur du Bulletin
Ronald Blanchard

Rédacteurs
Myreille G. Blanchard
Ronald Blanchard

Collaborateur spécial
Paul-André DesRosiers

Photographes
Denise Leboeuf
Paul Lavoie
Ronald Blanchard

Courriel
blaron17@videotron.ca

Site web
clublionsgranby.com

Lion Paul-André DesRosiers

Président 2012-2013

SERVIR DANS LE RESPECT

PARLONS-EN !



3^{ème} congrès des Lions francophones à Rabat, Maroc



Les travaux du 3^{ème} congrès des Lions francophones se sont ouverts le 1^{er} mars 2013 à Rabat, sous le thème «Développement Humain et Solidarité dans l'Espace Francophone».

Située sur la façade atlantique, au nord-ouest du Maroc, Rabat est le résultat d'un dialogue fructueux entre le passé arabo-musulman et le modernisme occidental. Le site comprend la « ville nouvelle », conçue et construite sous le Protectorat français de 1912 aux années 1930, incluant la résidence royale, des administrations coloniales, des ensembles résidentiels et commerciaux, le jardin d'Essais – botanique et d'agrément..

On y trouve aussi des parties anciennes de la ville qui remontent parfois au XII^e siècle. La « ville nouvelle » représente un des plus grands et plus ambitieux projets urbains du XX^e siècle en Afrique, probablement le plus complet. Les parties anciennes abritent la mosquée Hassan dont le début de la construction remonte en 1184 ainsi que les remparts et portes almohades, seuls vestiges subsistant d'un grand projet de ville capitale du califat almohade. On y trouve aussi des vestiges de la principauté morisque, ou andalouse, du XVII^e siècle.

Événement de grande ampleur organisé sous le thème du développement humain et de la solidarité dans l'espace francophone, le Congrès représente une opportunité unique d'échanges de compétences, de partage, de rencontres et d'actions pour tous les Lions francophones.



Lion Lina Labbe, Gouverneure District 63 La Guadeloupe; Lion Aïcha Haloui, Gouverneur District 416 Maroc et Lion Robert Giasson, Gouverneur District U-4, Québec, Canada

Lions Denise et Robert y étaient. *«En plus de renouer d'amitié avec nos amis Lions francophones, rencontrés à Busan, et de faire d'autres rencontres intéressantes, nous avons grandement apprécié le contenu du Congrès. Nous nous sommes enrichis de récits d'expériences de terrain très émouvants, relatés par les conférenciers participants.»*



(suite en page 3)

Lion Robert nous raconte

Les pays représentés étaient la France, la Belgique, la Suisse, le Maroc, la Tunisie, le Liban, le Congo, le Burkina Faso, la Martinique, la Guyane française, la Guadeloupe et le Canada, représenté par Lion Denise et moi.

Programmation

Programme	Samedi 02 mars 2013	Francophonie, Développement humain et Solidarité
<p>3^{ème} Congrès des Lions Francophones</p> <p>"Développement Humain et Solidarité dans l'Espace Francophone"</p> <p>Jeudi 28 février 2013</p> <p>10h00: Accueil à l'Hôtel, Inscriptions . Découverte de Rabat, patrimoine historique et culturel de la capitale du Maroc.</p> <p>Vendredi 01 mars 2013</p> <p>08h30 Accueil des congressistes et inscriptions 09h30 Séance inaugurale Cérémonie des drapeaux Mot du Commissaire général du Congrès Mot du Gouverneur du District 416 Interventions des Leaders Lions internationaux Interventions des officiels 10h45 Pause-café</p> <p>11h00 1^{ère} séance : Expériences francophones en matière de leadership Modérateur : Rapporteur : • 3 Interventions • 12h00 Débat</p> <p>13h00 Déjeuner</p> <p>14h30 2^{ème} séance : Le Développement humain et la solidarité : des actions de terrain décisives et multiformes. Modérateur : Rapporteur : • 3 Interventions • 15h30 Débat 15h50 Pause-café</p> <p>16h10 3^{ème} séance : La jeunesse face au défi de l'autonomie, de l'émancipation et de la prévention. Expériences lionnistiques. Modérateur : Rapporteur : • 3 Interventions • 17h10 Débat</p> <p>19h30 Soirée traditionnelle marocaine</p>	<p>09h00 4^{ème} séance : L'alphabétisation : les enjeux cruciaux d'une action de terrain Modérateur : Rapporteur : • 3 Interventions • 10h00 Débat 10h20 Pause-café</p> <p>10h40 5^{ème} séance : Handicap et besoins spécifiques, l'action des Lions francophones. Projets pilotes. Modérateur : Rapporteur : • 3 Interventions • 11h40 Débat 12h30 Déjeuner</p> <p>14h30 6^{ème} séance : Jumelage, partenariat et échange d'expériences pour une meilleure humanité. Un lionisme en mouvement. Modérateur : Rapporteur : • 3 Interventions • 15h30 Débat 15h50 Pause-café</p> <p>16h30 Séance de clôture • 16h30 Mot du gouverneur du District 416 16h45 Interventions des leaders Lions internationaux 17h00 Interventions des leaders Lions nationaux 17h15 Rapport de synthèse donné par le Commissaire général</p> <p>20h00 Dîner de gala</p>	<p>Rabat, capitale du Maroc, abritera le 3^{ème} Congrès des Lions Francophones. Cette rencontre entre hommes et femmes, riches des valeurs humanitaires et fondement du Lionisme qu'ils défendent, permettra d'échanger dans la langue française nos expériences réciproques. Nous sommes fiers de recevoir nos amis Lions francophones des 4 coins de la terre.</p> <p>La francophonie est, c'est le premier point, une des unions géoculturelles, celle de la langue française, que Senghor, le Président poète, appelait de ses vœux pour bâtir la paix par le dialogue interculturel. D'évidence, l'état du monde lui donne raison, le dialogue mondial et le dialogue régional ne suffisent plus à eux seuls.</p> <p>« Ce qui s'impose, écrivait-il, c'est le dialogue des cultures », que l'écrivain vietnamien Huu Ngoc appelle le « troisième dialogue ». Il y a rencontre entre cette vocation de la Francophonie à privilégier le dialogue et le besoin mondial de dialogue interculturel.</p> <p>La Francophonie suscite un autre rêve et propose une autre vision du monde, c'est le second point. Son universalisme est tissage des valeurs de l'idéal français et de celles de la civilisation de l'universel de Senghor. Elle met en avant des valeurs et privilégie l'approche multilatérale à l'unilatéralisme. Elle choisit pour l'accès à l'universel la synthèse des différences et non l'affirmation d'un modèle unique et dominant. Ce faisant, elle rencontre à nouveau les attentes et les besoins induits par l'actuelle mondialisation. La revendication d'une mondialisation plus équilibrée et plus humaniste est de plus en plus générale et pressante.</p> <p>La Francophonie s'est toujours mobilisée pour la diversité culturelle. Elle a joué un rôle précurseur et moteur dans le refus de considérer les biens culturels comme de simples marchandises. Combat couronné de succès puisque une « exception culturelle » leur a été accordée pour dix ans, par le Gatt en 1995.</p>
	<p>Comité d'honneur</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aïcha Haloui, Gouverneur District 416 Maroc • Georges Placet, PID, Salim Moussan, PID, Jean Oustrin, PID • François Bertrand, PCG, Georges Bleunven, PDG, AGLIF • Haj Maati Wahhabi, PDG, AGLIM 	
	<p>Comité d'organisation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aïcha Haloui, Gouverneur District 416 Maroc, Présidente • Fouad Bouayad, PDG, GMT Coordinateur D416, Commissaire général • Abdellah Squalé, IPDG, Abdou Moukrite, PDG, GLT Leader, Comité directeur des Lions d'Afrique, Khalil Hachimi Idress, PDG, GLT Coordinateur D416 • Kamal Elhimdy, Gouverneur élu, 1^{er} VG, Fouzi Mohamed Merini, 1^{er} VG élu, 2^{ème} VG, Samir Kadiri, Secrétaire Trésorier D416 • Mounir Elhimdy, PPZ, Rajaa Bourhim, PZ 	

On y a parlé notamment de leadership, de jeunesse, d'alphabétisation, d'actions Lions face aux problèmes des personnes handicapées, de jumelage de Clubs et de partenariat avec la LCIF dans le financement de projets.

Aussi intéressantes soient-elles, il serait trop long ici de rapporter toutes ces conférences et expériences vécues par nos amis Lions francophones. Mais parmi les expériences humanitaires les plus émouvantes et extraordinaires qui nous ont été rapportées, signalons celles vécues par nos Lions marocains qui fêtent d'ailleurs cette année leur soixantième anniversaire de lionisme au pays. C'est à travers leurs récits que nous découvrons la véritable raison d'être du lionisme dans le monde et surtout dans ces pays en voie de développement et en pleine révolution culturelle.

Il faut comprendre que le Maroc, tout comme les autres pays du Maghreb, sont des pays fragiles sur le plan économique. Les revenus sont faibles. Il y a beaucoup de pauvreté et l'État ne subvient pas à certains besoins

(suite en page 4)



qui, pourtant chez nous, sont tout naturellement l'affaire des gouvernements. C'est là qu'intervient le lionisme dans ces pays. Des femmes et des hommes se regroupent dans un geste de solidarité et fondent des Clubs Lions dans le seul but d'offrir des services pour combler des besoins en faveur de leur communauté.

Parmi les réalisations les plus marquantes, signalons l'implantation d'une clinique dentaire mobile pour permettre à tous les enfants marocains de recevoir gratuitement les soins dentaires. Un exemple touchant qui nous confirme la raison d'être des Clubs Lions à travers le monde, soit celui de répondre aux besoins de sa communauté.

En terminant permettez-moi de vous transmettre quelques bonnes citations recueillies au cours de ce congrès à Rabat. Elles se passent de commentaires et s'appliquent très bien chez-nous.

« Le leadership est le pouvoir de donner envie aux autres de s'impliquer et d'agir pour réaliser une ambition collective ou atteindre un objectif commun »

« Seuls les leaders sont capables de relever des défis »... « Il n'y a pas de problème de recrutement dans les clubs, c'est un problème de leadership ».

« Il faut mettre en place une culture du changement dans nos clubs ». « Soyez toujours du côté du changement ».

Et enfin, « Le Lion qui a participé à une convention n'est plus un Lion comme avant ».

Revenons chez-nous

Il faut dire que les besoins ne sont pas les mêmes mais les défis sont tout aussi importants pour nos Lions québécois. Il faut se rappeler qu'il existe encore chez-nous, des gens qui ne mangent pas à leur faim, il y a encore de l'illettrisme, il y a encore du décrochage scolaire...

Pour nous Lions québécois, il importe d'intensifier nos actions auprès des jeunes, c'est là qu'est l'avenir. Ces jeunes sont nos futurs dirigeants. Ce sont aussi nos futurs Lions. Notre participation au développement des jeunes doit commencer dès le niveau scolaire. Comme l'investissement dans les bibliothèques scolaires ou municipales, l'achat de livres, l'aide à la lecture, l'aide aux devoirs... Il importe d'offrir nos services et notre aide financière aux mouvements et associations jeunesse, aux Maisons de Jeunes, aux Scouts et Guides, aux Cadets..

Ou encore mettre sur pieds des programmes Lionceaux ou créer des Clubs Léos. Il importe d'autre part d'inviter nos jeunes à participer à nos activités Lions. Il faut en somme développer une interaction permanente « Les Lions et la jeunesse » de notre communauté.

LA JEUNESSE C'EST L'AVENIR...



La table du Club Léos de Rabat... 18-35 ans... sur fond de musique de danse. En attendant l'entrée... qui a été servie vers 10 h 45 !!!



Lion Robert Giasson, président du DMU 2013-2014 et son équipe



Le Lion Robert Giasson, gouverneur actuel du District U-4 a été élu, le 2 février dernier, au poste de Président du Conseil des Gouverneurs 2013-2014.

Comme le prévoit la réglementation, il entrera en poste le 14 juin soit vingt jours avant le début de la convention internationale.

Le Conseil des Gouverneurs

Le Conseil des Gouverneurs, appelé « Le Caucus » est en quelque sorte le Conseil d'Administration du district multiple. Il est composé du Président du Conseil, du Président sortant, du Secrétaire-trésorier et des quatre Gouverneurs de district. Chaque membre du Conseil peut voter sur les questions qui nécessitent une décision du Conseil. Le Président du Conseil est élu par les membres du Conseil ayant droit de vote.

Pour 2013-2014, le District multiple U est composé du Président du Conseil des Gouverneurs, Lion Robert Giasson (U-4), du Président sortant, Lion Guy Forget (U-2), des quatre Gouverneurs de District, Lion Constant Di Girolamo (U-1), Lion Denis Rochefort (U-2), Lion Nelson Fournier (U-3) et Lion Renaude Richard (U-4) et du Secrétaire-Trésorier, Lion Denis Beauchemin (U-1). Ce dernier n'a pas droit de vote.

Président sortant
Lion Guy Forget
Club Lions de St-Apollinaire
District U-2



Sec.-Trés. DMU
Lion Denis Beauchemin
Club Lions de Laval
District U-1

Gouverneurs

District U-1



Lion Constant Di Giloramo
Montréal Central Lions Club

District U-2



Lion Denis Rochefort
Club Lions de Saint-Agapit

District U-3



Lion Nelson Fournier
Club Lions de Grande-Vallée

District U-4



Lion Renaude Richard
Club Lions de Stornoway

1^{er} Vice-Gouverneurs

District U-1



Poste vacant

District U-2



Lion Charlotte Bergeron
Club Lions de
Clermont-La Malbaie

District U-3

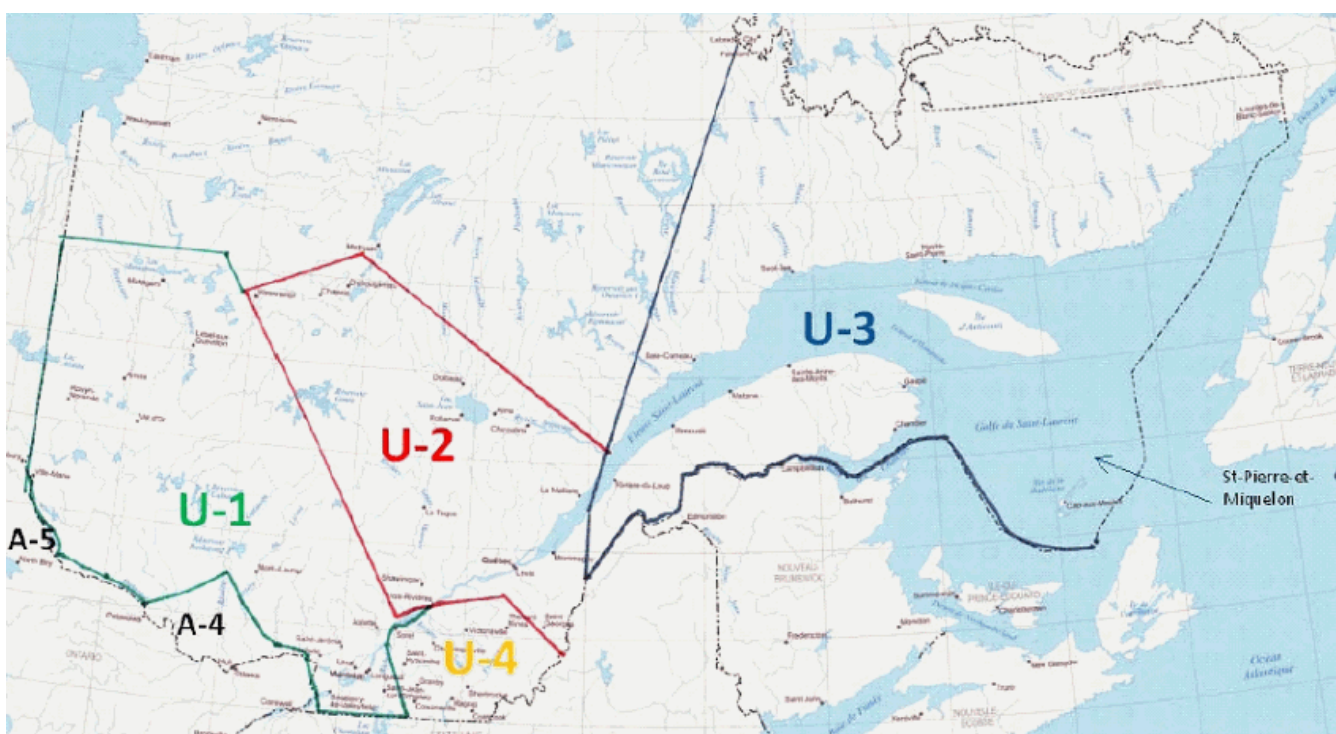


Lion Réal Lévesque
Club Lions de Mt-Carmel

District U-4



Lion Michel Daragon
Club Lions d'Acton Vale



Les 4 districts qui forment le DMU

District multiple

Un District multiple est une entité administrative formée de plusieurs districts. Ce regroupement est souvent nécessaire lorsqu'un territoire est trop étendu pour en faire un seul district. C'est le cas pour le Québec. Chaque district est alors codé par une lettre et un chiffre. La lettre représentant le district multiple. Ainsi, au Québec, nous retrouvons le District multiple « U » (DMU) qui regroupe le District U-1, le District U-2, le District U-3 et le District U-4. Ces quatre districts rassemblent tous les clubs du Qu bec¹, deux Clubs de Saint-Pierre-et-Miquelon et un club francophone de l'Ontario.

¹ Sauf deux clubs anglophones de l'Outaouais qui font partie du DM-A en Ontario.

L'Assemblée du DMU

L'Assemblée du DMU est présidée par le Président du Conseil des Gouverneurs, elle se compose des membres du Conseil de Gouverneurs, des Présidents de Commissions et des représentants de nos trois Fondations. S'ajoutent à ce groupe, les Premiers vice-gouverneurs et les Deuxièmes vice-gouverneurs, lorsqu'ils sont convoqués. Seuls les membres du Conseil des Gouverneurs ont droit de vote. Tous les Lions peuvent assister à ces réunions.

L'Assemblée générale du DMU

L'Assemblée générale du DMU se tient une fois par année à l'occasion du Congrès du DMU. Ces dernières années le « Rendez-vous » tenait lieu de Congrès annuel. Présidée par le Président du Conseil des Gouverneurs, la dite assemblée est ouverte à tous, mais seuls les délégués et les officiers et ex-officiers du DMU en règle ont le droit de vote. Le droit de vote de ces derniers ne compte pas comme un vote auquel son club a droit. Pour le choix des délégués et la votation, on applique les mêmes règles que celles appliquées dans les districts.

Calendrier 2013-2014

Premier Conseil : samedi 10 août 2013 à Drummondville (Hôtel Le Dauphin)

Deuxième Conseil, Congrès du DMU et Assemblée générale annuelle : vendredi, samedi dimanche 11, 12 et 13 octobre 2013 à Drummondville (Hôtel Le Dauphin)

Troisième Conseil et élections : samedi 1er février 2014 à Saint-Nicolas (Hôtel Bernières)

Quatrième Conseil : samedi 24 mai 2014 à Saint-Nicolas (Hôtel Bernières)

La vue de



à



pour nutrition



Faut-il manger des carottes pour avoir de bons yeux? Oui et non. La vitamine A est nécessaire pour l'adaptation à l'obscurité. Une carence peut créer la cécité nocturne mais c'est très rare en Amérique. Cette vitamine ne corrige toutefois par la myopie et ne guérit pas de maladie.

Les personnes âgées accros à l'auto

Une grande majorité des aînés canadiens se déplacent principalement en auto. En 2009, les trois quarts d'entre eux soit 3,25 millions de personnes âgées, détenaient un permis de conduire.

Ce pourcentage atteint presque 90 % chez les hommes et baisse à 63,4 % chez les femmes, plusieurs n'ayant jamais conduit de leur vie.

Ne plus voir assez clair pour lire le journal ou souffrir de la maladie d'Alzheimer n'est pas suffisant pour empêcher des milliers de personnes âgées de conduire une automobile. Une étude portant sur les habitudes de transport des Canadiens de 65 ans et plus vivant dans leur maison ou en logement a été publiée par Statistique Canada. Réalisée à partir des données de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes de 2009, elle met en évidence la grande dépendance envers l'automobile, même à un âge avancé.



L'étude révèle que la quasi-totalité des détenteurs de permis de conduire s'en servent. De 65 à 74 ans, plus des deux tiers des aînés (68 %) se déplacent principalement en conduisant leur propre véhicule et 22 % se présentent comme des passagers. Moins de 6% utilisent le transport en commun et 3 % optent pour la marche ou la bicyclette. Même après 85 ans, 56 % des hommes sont encore maîtres derrière le volant.

La grande majorité de ces conducteurs âgés ont de bonnes ou très bonnes capacités visuelles, auditives et cognitives selon les résultats du questionnaire de 2009. Par contre, 6500 aînés incapables de lire le journal ou de reconnaître un ami de l'autre côté de la rue, même avec des lunettes, et 25 000 autres ayant des problèmes d'audition graves ont conduit un véhicule le mois précédant l'enquête. Parmi les personnes ayant reçu un diagnostic de la maladie d'Alzheimer ou de toute autre forme de démence, 14 600 l'ont fait.

Détecter les cas problèmes

Selon les provinces, des mécanismes existent pour détecter les cas problèmes. Au Québec, un rapport d'examen médical et d'examen visuel est requis à partir de l'âge de 75 ans pour renouveler son permis de conduire. Une infime partie des conducteurs sont réévalués soit parce que leur médecin en a fait la recommandation, qu'ils ont été dénoncés par un proche ou un policier ou qu'ils ont rapporté eux-mêmes un changement à leur condition physique ou mentale.

Point positif: après 65 ans, la suprématie de l'automobile est bonne pour la vie sociale. Ainsi, les aînés qui se déplacent en conduisant sont plus nombreux à participer à des activités sociales. C'était le cas des trois quarts des personnes interrogées en 2009. Cette proportion baissait à 53 % pour les passagers sans permis et à 46 % pour ceux qui utilisent le transport adapté ou le taxi. Avec le vieillissement de la population, toutes les sociétés de transport en commun espèrent attirer davantage de personnes âgées dans leurs autobus. Gros défi puisque celles-ci ne modifient pas leurs habitudes de transport et réduisent leurs déplacements à mesure qu'elles vieillissent.

Curiosité

RÉINVENTER LA TOILETTE POUR UNE BONNE CAUSE

Cette année, nous avons beaucoup entendu parler de la Fondation Bill et Melinda Gates qui ont consenti un don de 5M\$ pour combattre la rougeole aux côtés de la Fondation Internationale des Lions. On peut dire, en lisant ce qui suit, que leurs actions sont très diversifiées.

C'est un projet visant à fournir des installations sanitaires sécuritaires et durables pour les 2.6 milliards d'humains de la planète qui n'en bénéficient pas qui les a tellement intéressés qu'ils se sont unis à des ingénieurs de l'Ontario.

Ils veulent, ni plus ni moins, faire disparaître les déchets humains. Tout a commencé l'an dernier lorsque la Fondation Bill et Melinda Gates a mis au défi les ingénieurs les plus créatifs de développer une toilette qui pourrait être utilisée dans les pays en voie de développement, où les infrastructures sont limitées et où des millions de personnes meurent de maladies causées par les eaux usées.



faire disparaître les déchets humains. Tout a commencé l'an dernier lorsque la Fondation Bill et Melinda Gates a mis au défi les ingénieurs les plus créatifs de développer une toilette qui pourrait être utilisée dans les pays en voie de développement, où les infrastructures sont limitées et où des millions de personnes meurent de maladies causées par les eaux usées.

Un grand défi

C'est alors que des ingénieurs de l'Université Western Ontario, de l'Université de Toronto, en collaboration avec des partenaires de l'Université du Queensland en Australie, ont commencé à collaborer afin de concevoir une toilette devant désinfecter et incinérer les excréments sans conduites d'eau ni égouts ni électricité.

Ils ont présenté leur concept à Bill Gates en août dernier qui finance la réalisation d'un prototype à hauteur de 2.2M\$. L'équipe d'ingénieurs espère pouvoir livrer un prototype opérationnel fait de matériaux facilement disponibles d'ici décembre 2013.

Source: Agence QMI

À noter

Le photographe Alain Dion donne toujours des ateliers d'initiation à la photo pour des petits groupes au sein d'entreprises, d'organismes et de clubs sociaux de la région.

Si un jour c'est quelque chose qui intéresserait un groupe parmi nos membres, n'hésitez pas à le contacter.

praxis@videotron.ca

DOSSIER DIABÈTE

Le diabète de type 2 et l'apnée du sommeil

L'obésité est très souvent synonyme de diabète de type 2. Comme elle est également très présente dans l'apnée du sommeil, les risques que les personnes atteintes du diabète de type 2 soient également victimes de cette grave maladie du sommeil sont assez élevés. L'apnée du sommeil, appelée également « syndrome d'apnée obstructive du sommeil » (SAOS), se caractérise par le fait de cesser de respirer pendant le sommeil nocturne. On la retrouve souvent chez les personnes présentant un bon tour de taille et un cou volumineux. Les individus qui ronflent risquent, entre autres, de présenter une telle affliction. De même, elle est plus fréquente chez l'homme que chez la femme.

L'état de sommeil donne lieu à un relâchement des tissus du palais mou situés au fond de la gorge. Chez l'apnéen, à cause de la présence de graisse ou tout simplement à cause d'une étroitesse de sa configuration morphologique, le palais mou, en s'effondrant, vient obstruer complètement le passage de l'air vers les poumons, entraînant un arrêt momentané de la respiration. L'apnée peut durer 30 secondes, voire une minute. La personne qui manque d'air s'éveillera alors en sursaut, tentant de retrouver son souffle, alors que son cœur battra d'une façon accélérée.



D'après une étude britannique, l'apnée serait fréquente chez les diabétiques de type 2 (non insulino-dépendants) mais elle serait sous-diagnostiquée. Elle augmenterait même les risques de certaines complications que l'on rencontre chez les diabétiques, comme la néphropathie (atteinte des reins), la rétinopathie (atteinte de la rétine de l'oeil) ou les atteintes des nerfs ou des vaisseaux sanguins.

Étendue du problème

Si la nature exacte de la relation entre ces deux maladies demeure encore indéfinie, leur association a en revanche d'importantes implications pour la santé des personnes. De plus, ces deux maladies sont fortement associées aux maladies cardiovasculaires (MCV). Les troubles du sommeil sont de plus en plus considérés comme une maladie à traiter dans le cadre de la prévention des MCV. Les personnes atteintes de diabète de type 2 sont déjà considérées à risque de MCV.

Aujourd'hui, si l'ampleur de l'épidémie du diabète de type 2 est reconnue de tous, ce n'est pas le cas des troubles de la respiration durant le sommeil. Elles touchent 9% des femmes et 24% des hommes. Parmi les facteurs de risque, on retiendra le sexe masculin, le surpoids et l'âge (plus de 40 ans) mais des apnées du sommeil peuvent frapper n'importe qui, à n'importe quel âge, même les enfants. Étant donné que ni l'opinion publique ni les professionnels de santé ne sont suffisamment bien sensibilisés, la grande majorité des cas n'est pas diagnostiquée et reste donc non traitée alors qu'il s'agit d'une maladie grave qui peut avoir de lourdes conséquences.



En l'absence de traitement, les apnées du sommeil sont responsables d'une augmentation de la tension artérielle ainsi que de d'autres maladies cardiovasculaires, de problèmes de mémoire, de prise de poids, d'impuissance et de maux de tête. En outre, des apnées du sommeil non soignées peuvent être responsables de problèmes au travail et d'accidents de voiture.

Aux États-Unis, les coûts médicaux des troubles du sommeil non traités s'élèveraient à 3,4 milliards de dollars par an alors que leur impact économique total est bien plus lourd, en raison des coûts indirects comme la perte de productivité, les accidents et les handicaps. Les preuves de la relation entre les ceux-ci et le diabète de type 2 et les MCV s'accumulent. Il est probable que plus de la moitié des personnes atteintes du diabète de type 2 présentent une forme ou l'autre de troubles du sommeil. Inversement, on estime qu'environ 40 % des personnes qui présentent des AOS auront un jour le diabète. Les apnées obstructives du sommeil (AOS) sont connues comme étant un facteur de risque dans le développement de l'hypertension : il est prouvé que les personnes qui présentent une forme faible à modérée d'AOS sont deux fois plus susceptibles de développer de l'hypertension que les personnes qui ne font pas d'AOS. De plus, ces dernières accroissent les risques d'infarctus du myocarde.



Le diabète de type 2 est sans nul doute considéré comme une épidémie mondiale en pleine expansion. On s'attend à ce que le nombre de personnes atteintes de cette maladie passe d'un peu plus de 250 millions actuellement à 380 millions en 2025. Chaque année, près de 7 millions de personnes.

De nos jours, les maladies cardiovasculaires constituent la principale cause de décès chez les personnes atteintes de diabète, soit 50 %, et de bon nombre de handicaps. Les personnes atteintes de diabète sont en effet deux fois plus exposées au risque d'infarctus du myocarde ou d'accident vasculaire cérébral que les personnes non atteintes de diabète.

Source texte et photos: Fédération internationale du diabète



Nous désirons offrir nos plus sincères pensées de réconfort à notre confrère Lion Daniel Mc Duff et son épouse Michelle pour le décès de sa sœur Francine, survenu le 27 avril dernier. Que le chagrin vécu maintenant laisse bientôt place à des souvenirs heureux.

« Elle vit désormais sur son étoile »



PROCHAINES ACTIVITÉS À VOTRE AGENDA LIONS

MAI : MOIS DU RECYCLAGE POUR LA VUE DES LIONS

- 19 mai: Réunion régulière au Castel à 9hres - Déjeuner resto-café à 8hres
- 24-25 mai: Réunion Conseil des gouverneurs • St-Nicolas (Bernières)
- 25-26 mai: Corvée Domaine Montauban
- 26 mai: Marche Purina à St-Hyacinthe et à Lac Drolet
- 28 mai: Souper club Lions Acton Vale avec intronisation • 18h30 • Invité : Lion Yves Léveillé • 13\$/pers.
- 30 mai: Tournoi de golf au profit de la Maison Victor-Gadbois.
- 4 juin: Conseil d'administration au local du 27 rue Centre, à 18h30
- 16 juin: Pique-nique Villa Bonheur • 11 hres (À confirmer vu les rénovations)
- 21 juin: Activité de financement pour la Fondation des Étoiles • Autodrome de Granby • De 19hres à la fermeture • Course Pro-Stock.
- 22 juin: Remise des Pouvoirs • Érablière Chalet de l'Érable • 17h30 • Coût à confirmer.



NOS VŒUX DE BONNE FÊTE À

Mai

- 1 : Yoland Noiseux (Lucille Denis)
4 : Normand Boucher
13: Yvan Ledoux
30 : Louise Clément

juin

- 2 : Sylvie Authier
4 : André Léger
6 : Roger Veilleux
26 : Rollande Bessette
27 : Flavia Pozzebon
28 : Pauline Dumont

Mariage



Vœux de bonheur pour

Juin

- 2 : Diane et Normand Boucher

« Bon anniversaire, nos vœux les plus sincères ... »



Association Internationale des Clubs Lions

Lion Robert Giasson

Gouverneur du District U-4, 2012-2013

Dans un monde de service à l'humanité

Gouverneur sortante

Lion Hélène Gagnon
Club Lions Thetford Mines
418 596-2145

Première Vice-gouverneure

Lion Renaude Richard
Club Lions Stornoway
819 652-2061

Second Vice-gouverneur

Lion Michel Daragon
Club Lions Acton Vale
450 546-4476

Secrétaire

Lion Bertrand Boutin
Club Lions Johnville
819 837-0135

Trésorier

Lion Michel Mailhot
Club Lions Victoriaville
819 352-1788

Président Zone 52 Nord

Lion Lucie Turmel
Club Lions Saint-Sylvestre
418 209-7254

Président Zone 52 Ouest

Lion Daniel Pepin
Club Lions Victoriaville
819 758-5516

Président Zone 53 Centre

Lion Jean-Paul Poulin
Club Lions Coaticook
819 563-1376

Président Zone 53 Ouest

Lion Claude Chiasson
Club Lions Farnham
450 266-7767

Président Zone 54 Ouest

Lion Daniel Cloutier
Club Lions N-Dame-des-Bois
819 888-2631

Président Zone 54 Est

Lion Jean-Paul Mercier
Club Lions Lac-Drolet
819 549-2328

Président Zone 55 Est

Lion Pierre Grondin
Club Lions Drummondville
819 477-8162

Président Zone 55 Nord

poste à combler
Lion Michel Daragon, par interim

À tous les membres du Club Lions de Granby

En choisissant le Club Lions de Granby pour organiser le Congrès 2013, j'étais déjà assuré de son succès. Les Lions de Granby ont depuis longtemps la réputation d'être vaillants et accueillants. Vous venez de le prouver encore une fois. Vous avez même dépassé mes attentes et atteint un très haut niveau d'excellence. C'est ce qui fait ma fierté d'appartenir au Club Lions de Granby. Et c'est toujours avec cette même fierté que je porte les couleurs de Granby partout, dans le District U-4, dans le Multi-District-U et dans le monde entier.

Je voudrais vous remercier tous et chacun d'avoir participé à la réalisation et au déroulement de ce qui est, à mon avis, un des plus importants et complexes événements organisés par le Club, depuis sa fondation. J'ai eu l'occasion de suivre de près les travaux du Comité organisateur et je sais qu'il a minutieusement planifié chacune des étapes de ce Congrès 2013. Pendant plus d'un an, chaque membre du Comité organisateur a peaufiné sa partition et, petit à petit, les partitions se sont amalgamées les unes aux autres, sous l'habile coordination de Lion Myreille, et on a vu naître l'œuvre. Puis, c'est notre chef d'orchestre, Lion Yves, qui, d'une main de maître, s'est chargé du déroulement. Tout a été planifié et exécuté à la perfection.

Ce qu'il y a de plus merveilleux, c'est que tous les membres du Club se sont impliqués avec cœur, à la hauteur de leur talent, de leur capacité et de leur disponibilité. Chacun s'est acquitté de sa tâche avec brio et mérite de partager ce succès.

C'est le résultat d'un travail d'équipe.

Bravo à vous ! Tous les Lions du District U-4 se souviendront longtemps du Congrès de Granby.

En terminant, je voudrais vous exprimer toute ma reconnaissance pour la récompense de Compagnon Melvin Jones, reçue en fin de semaine. C'est avec beaucoup d'humilité et d'émotion que je reçois cette récompense et je voudrais la partager avec vous. Vous qui m'avez permis de vivre les plus beaux moments de ma vie de lionisme dans cette fonction de Gouverneur de District.

Votre Gouverneur et ami
Lion Robert



520, Allée des Hauts-Bois, Granby QC J2J 2M2
Tél. : 450 777-8893

robert.giasson@videotron.ca
gouverneur@DistrictU4.QuebecLions.ca



Visite au Club Lions Farnham

Souper à la cabane à sucre

19 mars 2013



Les Clubs de Farnham, Granby, Cowansville
étaient représentés

Claude Chiasson et Frances Champigny



Nos représentants présents

Robert Giasson et Denise Leboeuf,
Ronald Blanchard et Myreille
Gaumond, Paul Lavoie et Marielle
Pelletier, Yves Proulx et Micheline
Lavoie et Flavia Pozzebon



Claude Chiasson et Ronald Blanchard



Marielle Pelletier, Paul Lavoie, Yves Proulx
et Flavia Pozzebon



Robert Giasson se sucrant le bec

Corvée de desserts (S.O.S Dépannage) 15

24 mars 2013

Myreille G. Blanchard avec Claudette Robillard, responsable de l'activité



Claudette Robillard
responsable



Notre boulangère préférée Lise Desroches



Par ici les tartes avec Yves Proulx,
Rollande Bessette et André Léger



Les épulseurs Cécile Vallerand, André
Léger, Flavia Pozzebon et Normand Pagé



Parfait, parfait, mon Yves, je te laisse aller

Corvée de desserts (SOS Dépannage)

24 mars 2013

Une photo de groupe pour la postérité et Loblaws



Jimmy Roy et Ghylaine Brodeur de Loblaws

Denis Dorval de retour de vacances



Marielle Pelletier, Réjean Vallerand, Denis Desroches, Denis Dorval, Paul-André DesRosiers et Lise Desroches



On enlève les pelures avec Normand Boulanger, Micheline Lavoie et Réjean Vallerand



Ça prend plusieurs éplucheurs pour toutes ces tartes. Ici Karine Desaulniers et Lucille Plante

Soirée de quilles - 6 avril 2013



Roger Veilleux et Claudette Robillard se sont occupés de la vente des billets de tirage



Le responsable de l'activité avec un de ses nombreux prix de tirage



Daniel McDuff est ici bien entouré



Un groupe de Lions bien joyeux



Un moment de détente pour les Lions
Robert, Roger, Paul et Normand

Soirée des bénévoles

(un des nôtres honoré)

20 avril 2013

18



Notre membre désigné "bénévole de l'année" Lion Yves Proulx et sa conjointe Lion Micheline Lavoie



Lions Paul Lavoie et Marielle Pelletier



Nos futurs mariés 2013, les Lions Robert Giguère et Louise Clément



Lions Denise Leboeuf, Lucille Plante et Paul-André DesRosiers



Lions Marielle Pelletier, Karen Binnie Boulanger, Normand Boulanger et Robert Giasson



Lions Sonya Giard, André Léger et Claudette Robillard

Réunion de zone à Drummondville

19

17 avril 2013



Lions Paul-André DesRosiers (président Granby), Pierrette Trahan (Acton Vale), Pierre Grondin (président de zone • Drummondville), Robert Giasson (gouverneur • Granby) et Robert Quessy (président Drummondville)



Lion Ronald Blanchard avec Lion Réjean Leduc



Au centre, Lion Karen Binnie Bélanger et à droite Lion Fernand Brunelle (Drummondville)



Les Lions Normand Boulanger et Micheline Lavoie

Photos Lions Madeleine Catudal et Ronald Blanchard

Visite à la Maison Victor-Gadbois



Le **6 avril** le Gouverneur a visité la Maison Victor-Gadbois située à Saint-Mathieu-de-Beloëil. La Maison Victor-Gadbois est née de l'heureuse initiative du Club Lions de Sainte-Julie, supporté par les Clubs Lions du District U-4.

Sur la photo, de g. à d., Lions Robert et Denise, Lion André Déry, Directeur général; Lion Mélanie Marsolais, Directrice générale adjointe et Lion Denis Poulin, (Sainte-Julie) administrateur.