

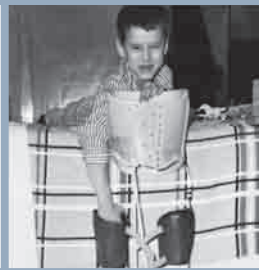
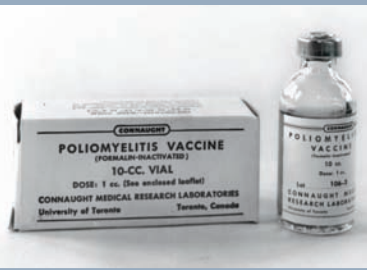


**POLIO
CANADA®**

un programme de La Marche des Dix Sous du Canada

PoliO'Canada

Automne/Hiver 2010



Un héritage durable :

La famille Martin et la Marche des dix sous

L'histoire de la Marche des dix sous est étroitement liée à la famille Martin, à commencer par **Paul Martin père, ancien ministre de la Santé et du Bien-être**, à qui la société donatrice de notre organisme doit son nom. C'est lui qui a pris la décision extrêmement difficile d'approuver la distribution du vaccin anti-polio au Canada – un pari de taille. Son courage a permis de freiner une épidémie qui a gravement handicapé des milliers d'enfants et d'adultes.

Beaucoup ignorent l'histoire personnelle des Martin avec la polio. À l'approche du 60^e anniversaire de la Marche des dix sous (MDS) en 2011, deux membres de la famille – **le très honorable Paul Martin, ancien Premier Ministre**, et son fils aîné **Paul W. Martin** – nous parlent de l'héritage familial, de l'incidence de la polio sur leur vie et de l'importance de la MDS.

Paul Martin père, le très honorable Paul Martin et Paul W. Martin



Photo credit:



Steve Russell,
Toronto Star



David Gillespie

Le très honorable Paul Martin avait 8 ans et séjournait dans le chalet familial près du Lac Érié quand il est tombé malade. Il compare la douleur qu'il a ressentie à la sensation d'avoir une plaque de métal dans l'estomac. Sa mère, qui craignait déjà l'épidémie de polio qui ravageait la province, s'est empressée d'amener le jeune Paul à l'hôpital dans la ville voisine de Windsor, où la famille a reçu le diagnostic le plus terrifiant qu'on pouvait recevoir dans les années 40 et 50 : Paul avait la polio.

...suite à la page 3

Une survivante se raconte :

Sandra Rutherford

J'ai eu la polio en 1951 à 6 mois. Une bonne partie de mon enfance s'est passée à l'hôpital. Un incident me hante encore : à 2 ans et demi, on a mis mes jambes dans un plâtre dur comme du roc. Je sanglotais en agrippant les barres de mon berceau pour tenter de me lever. Quelqu'un est entré en trombe dans la chambre, a tiré un énorme rideau autour de moi et est sorti. J'ai redoublé de cris : « Maman! » et me demandais pourquoi elle ne m'entendait pas.

...suite à la page 5

DANS CE NUMÉRO...

Un héritage durablePage 1

Une survivante se racontePage 1

Mot de la présidentePage 2

Sécurité dans la salle de bainsPage 2

Mois de la sensibilisation Page 4

Un 25^e anniversairePage 4

Mot de la présidente, Elizabeth Lounsbury

Je participe actuellement à un projet très intéressant : la création d'un



réseau international de groupes post-polio, un peu comme ce que nous avons ici à Polio Canada®. Jusqu'ici, des groupes des É.-U., du Canada, du Royaume-Uni, de l'Union

européenne, de l'Australie, de Taïwan, de l'Inde et de plusieurs pays d'Afrique se sont joints à nous.

Ce nouveau réseau célébrera le Mois de la sensibilisation à la polio en octobre, sous le thème « Nous sommes toujours là ».

Ici au Canada, nous commanditons un autre concours de photos auquel j'espère que vous participerez tous.

Appelez votre groupe de soutien local pour plus de renseignements. Votre photo pourrait être la gagnante!

J'espère rencontrer plusieurs d'entre vous à la conférence L.I.V.E. (*Leadership in Volunteer Education*) à l'automne.

Je vous souhaite de passer un bel automne et n'oubliez pas de rire... c'est un excellent remède!

Elizabeth Lounsbury

LA SÉCURITÉ DANS LA SALLE DE BAINS : ÊTES-VOUS À RISQUE?

Malheureusement, oui. En réalité, tout le monde est à risque – bébés, enfants, adultes et aînés. N'importe qui peut se blesser en effectuant des activités quotidiennes dans la salle de bains. Les accidents les plus courants sont les glissades, les chutes,

les chocs électriques et les brûlures causées par l'eau chaude. Chez les 65 ans et plus, les chutes peuvent entraîner de graves blessures et une perte d'autonomie. En fait, 30 % des aînés font une chute chaque année et 85 % d'entre elles surviennent à la

maison. Les gens atteints du syndrome post-polio (SPP) sont encore plus à risque. Faiblesse musculaire, perte de dextérité et fatigue liée au SPP peuvent toutes compromettre votre sécurité dans la salle de bains.

Signes précurseurs d'une chute potentielle	Recommandations
<p>Cuvette de toilette : Difficulté à s'asseoir sur le siège de toilette ou à s'en lever Perte d'équilibre pendant que vous ajustez vos vêtements</p>	<p>Faites installer des barres d'appui murales Faites installer des appui-bras à la cuvette de toilette en utilisant les fixations déjà existantes Utilisez un siège de toilette surélevé – deux pouces peuvent faire toute la différence! Certains modèles sont munis de barres d'appui Portez des vêtements faciles à enfiler et à enlever</p>
<p>Baignoire : Perte d'équilibre au moment d'entrer ou de sortir de la baignoire Fatigue pendant le bain Eau trop chaude</p>	<p>Utilisez des tapis de baignoire et des surfaces antidérapantes (*les tapis de baignoire sont considérés comme une mesure de précaution universelle et sont recommandés pour tous les groupes d'âge, que l'on ait ou non des problèmes de mobilité ou des déficiences sensorielles ou cognitives) Faites installer des barres d'appui ou une poignée d'appui Utilisez un banc de baignoire – il en existe plusieurs styles Ayez une planche de bain ou un banc de transfert – cela élimine le besoin d'enjamber le bord de la baignoire et permet d'y entrer seul et en toute sécurité. Utilisez un dispositif mitigeur ou baissez le thermostat d'eau chaude. Faites installer une douche à main.</p>
<p>Lavabo : Fatigue ou étourdissement</p>	<p>Asseyez-vous sur un tabouret</p>
<p>Salle de bains en général : Troubles visuels</p>	<p>Assurez-vous d'avoir un éclairage adéquat Optez pour un rideau de douche en plastique transparent Utilisez un miroir grossissant Utilisez des objets de couleurs contrastantes dans la salle de bains pour qu'ils soient plus faciles à voir.</p>

Un héritage durable : suite de la page 1...

Q. : Vous rappelez-vous avoir eu la polio dans votre enfance?

R. : **Le très honorable Paul Martin :**
On ne sait pas toujours si nos souvenirs d'enfance sont de vrais souvenirs ou ce qu'on nous a raconté. Je me rappelle avoir été malade. J'étais dans une aile d'hôpital avec une trentaine d'enfants. Un jour je sautais sur mon lit et on a amené un poumon d'acier dans la pièce. Le garçon dans le lit d'à côté a dit : « Arrête, sinon on va te mettre là-dedans. » Je me sentais très seul : mes parents n'étaient pas autorisés à entrer dans la chambre; ils se tenaient au pas de la porte. Une chose que je n'oublierai jamais : une jeune infirmière qui me tenait souvent compagnie. Un jour, elle n'est pas venue me voir et j'ai demandé à une autre infirmière où elle était; elle m'a répondu que c'était son jour de congé. Environ vingt minutes plus tard, cette infirmière est entrée dans la pièce : elle était venue me rendre visite son jour de congé. Je ne l'ai jamais oublié.

Q. : La MDS (à Paul W. Martin) :
Votre père vous a-t-il raconté ce qu'il a vécu avec la polio?

R. : **Paul W. Martin :**
Oui, mais très brièvement. Je pense que c'est une chose dont sa génération ne parlait pas beaucoup, mais après avoir participé à l'événement (gala *Ability and Beyond* de la MDS), j'en ai appris plus sur notre histoire avec la polio; cela a suscité mon intérêt et j'ai voulu en savoir plus.

Q. : La MDS (au très honorable Paul Martin) :
Combien de temps vous a-t-il fallu pour vous rétablir?

R. : Le très honorable Paul Martin :
J'ai raté au moins six mois d'école. On m'interdisait de jouer au football et j'ai désobéi à cet ordre. Je me rappelle aussi que j'avais une balle molle que j'aimais beaucoup, mais qui était déchirée. Un jour je l'ai perdue dans la rivière. Le docteur avait dit à ma mère qu'il fallait à tout prix éviter que je sois perturbé. Le lendemain matin, la balle était sur le perron. Ce n'est que longtemps après que je me suis rendu compte que ma mère avait acheté une nouvelle balle, l'avait déchirée et laissée sur le perron pour que je la trouve. Je savais que le médecin avait dit à mes parents d'éviter que je me fâche et un enfant qu'il ne faut pas perturber peut devenir insupportable. Quand j'avais environ dix ans, j'ai fait une bêtise et ma mère a explosé... j'ai su alors que j'étais remis.

Q. : Changeons de sujet : vous rappelez-vous quand votre père a décidé d'autoriser la campagne de vaccination?

R. : **Le très honorable Paul Martin :**
J'étais jeune mais je me rappelle. Mon père voyageait beaucoup donc quand il était à la maison, il faisait vraiment un effort pour passer du temps avec ma sœur et moi. C'est surtout ma mère qui nous disciplinait. Le weekend en question, mon père était très tendu; je crois que j'ai échappé quelque chose par terre et il s'est fâché. Ma mère m'a expliqué qu'il avait une très grosse décision à prendre. Je sais à quel point cette décision était épineuse, surtout que certains enfants américains étaient morts après avoir reçu le vaccin. Il avait étudié la question en profondeur et avait déterminé que le vaccin n'était pas à blâmer. Il faisait confiance aux

Laboratoires Connaught (fabricant canadien du vaccin), même si le Premier Ministre de l'époque (M. St. Laurent) doutait que ce soit la bonne décision. Nous en avons parlé plusieurs années plus tard et il m'a dit que c'était la décision la plus difficile de toute sa vie.

Q. : Selon vous, le fait que votre père et vous ayez eu la polio a-t-il influencé sa décision?

R. : **Le très honorable Paul Martin :**
Le fait qu'il ait eu la polio est le principal facteur qui l'a motivé à entrer en politique. Il venait d'une famille très pauvre de Pembroke. La polio l'a paralysé d'un côté et il avait des problèmes avec une main et un œil; son frère le tirait sur un vieux traîneau. C'est aussi pour cela qu'il a voulu devenir ministre de la Santé et promouvoir les soins de santé universels, dont il est reconnu comme étant le père officiel.

Q. : Quel rôle a joué la MDS dans la vie de votre famille?

R. : **Le très honorable Paul Martin :**
Mon père était très près de la MDS. Pour lui c'était une cause caritative très méritoire. Une fois je suis allé l'entendre parler à un événement de la MDS à Windsor. Il participait parce que la polio et la MDS avaient grandement influencé notre vie.

R. : **Paul W. Martin :**
Pour moi, l'importance de la MDS a toujours été ce qu'elle fait maintenant pour aider les personnes handicapées. Même si la polio a profondément touché ma famille, cela semble toujours être quelque chose du passé. Pour ma génération, c'était un peu comme la peste noire, une maladie historique. Donc c'est tout à

l'honneur de la Marche des dix sous que ma génération soit au courant de tout ce qu'elle fait pour les personnes handicapées.

R. : **Le très honorable Paul Martin :**
Le plus extraordinaire c'est que pour ma génération et celle de mon père, et peut-être même celle de mon grand-père, il n'y avait pas d'écoles sans au moins un ou deux enfants qui portaient des orthèses. C'était ça la polio; cela faisait partie de la vie. J'avais des amis qui essayaient de marcher, qui avaient des douleurs

atroces et qui se faisaient dire qu'ils n'avaient qu'à se débrouiller. Donc, c'est extraordinaire que mes fils n'en sachent rien. Ils n'ont pas vécu cela.

R. : **Paul W. Martin :**
Nous sommes très heureux du succès de la Marche des dix sous. Je sais que mon grand-père aurait été très touché que la société donatrice de la MDS soit nommée en son honneur.
R. : **Le très honorable Paul Martin :**
La Marche des dix sous a toujours fait partie intégrante de la solution du Canada au besoin et à l'invalidité.

Après avoir vaincu la polio, la MDS n'a pas cessé son soutien, mais a reconnu que les personnes handicapées (d'abord les survivants de la polio, puis toutes les personnes handicapées) avaient encore des besoins. La MDS a eu le grand mérite de reconnaître qu'il fallait non seulement s'attaquer à la cause, mais aux conséquences de la maladie, et elle continue de faire de l'excellent travail.

Octobre est le Mois de la sensibilisation à la polio!

Aidez à répandre le message! Octobre est le Mois de la sensibilisation à la polio partout dans le monde. Des groupes de soutien partout au pays font leur part en organisant des activités dans leurs communautés respectives en vue de sensibiliser le public au syndrome post-polio (SPP) et au soutien qu'ils offrent.

Des événements seront organisés à travers le Canada pour informer la population et lui rappeler que pour les quelque 125 000 survivants de la polio, le virus est encore très présent dans leur vie quotidienne. Ces activités de sensibilisation permettent aux bénévoles de Polio Canada® de tendre la main à d'autres survivants de la polio dans la communauté et de leur faire connaître les services de soutien disponibles.

« Je ne crois pas qu'il y ait de bonne ou de mauvaise façon de faire de la sensibilisation », dit Donna Mackay, directrice adjointe des Programmes nationaux de la Marche des dix sous du Canada. « L'important c'est de faire quelque chose dans la communauté. Petit ou grand, chaque effort compte. »

Pour une liste des activités organisées au Canada ou pour savoir comment votre groupe peut participer, communiquez avec Polio Canada® sans frais au 1-888-540-6666 ou à info@poliocanada.com ■

25 ans de soutien aux survivants de la polio de la région de Toronto

Le samedi 1er mai, le groupe post-polio de Toronto-Peel a tenu une activité d'une journée pour souligner un quart de siècle de soutien aux personnes qui vivent avec le SPP.

Parmi les conférenciers invités à cette occasion, mentionnons Anthony DiPasquale, un spécialiste de la nutrition et de l'exercice qui possède une vaste expérience en habitudes de vie saines pour les survivants de la polio; Joan Hadley, directrice générale de *Post-Polio Health International*; Angela King, spécialiste des maladies respiratoires et Audrey King, fondatrice du groupe.

L'événement célébrait aussi la diversité. Plusieurs des survivants de Toronto ont contracté le virus dans leur pays d'origine avant d'arriver au Canada. Le groupe a aussi profité de l'occasion pour partager des témoignages et pour parler du traitement du SPP à travers le monde.

Félicitations à la présidente Jan Nichols et au groupe tout entier pour le merveilleux travail qu'ils accomplissent depuis 25 ans. ■

Une survivante se raconte : *suite de la page 1...*

Les enfants s'adaptent vite et j'en ai fait de même. Chirurgies, béquilles, orthèses avec ou sans béquilles, etc. Mais un jour j'en ai eu assez et j'ai tout balancé au fond de ma garde-robe. J'étais résolue à sortir des sentiers battus et à lancer une nouvelle mode. À 18 ans, je travaillais et je portais des chaussures assorties à mes vêtements. Allais-je admettre qu'un talon trop haut pour moi était dangereux? Certainement pas!

1979 – intervention pour réparer mes hanches disloquées à la naissance. Face à la possibilité de marcher sans boîter, j'ai accepté volontiers. Autres interventions douloureuses, réhabilitation, puis une marche vers l'autel! Pas tout à fait sans boîter, mais vêtue d'une robe resplendissante, une orthèse à la jambe, des béquilles et, flanquée de mon père et de mon frère, j'ai marché vers mon futur époux.

1984 – naissance de notre fillette. Mes hanches ont cédé sous les 50 lbs gagnées pendant ma grossesse. Me tenir debout était extrêmement douloureux et marcher avec des béquilles trop fatigant. La nécessité d'un fauteuil roulant était une bénédiction parce que je pouvais ainsi mieux m'occuper de ma fille.

1986 – des interventions aux hanches m'ont permis de marcher avec une orthèse et deux béquilles baptisées « Grâce » et « Miséricorde ». Étant croyante, je sais d'où vient ma force. Je me suis habituée à me déplacer avec Miséricorde seulement, mais au début des années 90, je

faisais beaucoup de chutes, et j'ai donc commencé à utiliser Grâce également.

Mon mariage s'est soldé par un divorce. Malgré cette blessure émotionnelle, j'ai consacré toute mon énergie à aimer et à élever ma fille. Mes compétences, jugées désuètes, ont nécessité une réadaptation professionnelle aux bureaux de la MDS à Thunder Bay. Je n'avais pas fait le rapprochement entre la MDS et la polio. Je ne pensais pas non plus que la polio était à blâmer pour l'épuisement qui m'empêchait d'effectuer mes tâches quotidiennes, voire de travailler à l'extérieur. J'étais seulement dans la quarantaine, bon sang! Pourquoi ne pouvais-je pas rebondir comme avant?

Pour faire une histoire courte, j'ai échoué la réadaptation professionnelle, mais au bureau de la MDS, j'ai attrapé un dépliant qui allait tomber. Tombé du ciel plutôt... parce que j'étais au bout de mon rouleau! Les mots « syndrome post-polio » ont provoqué en moi à la fois soulagement, anxiété, terreur, déni et colère! Ce flot d'émotions a fini par déborder et j'ai éclaté en sanglots. La polio?? Non!! Impossible!! Je l'ai vaincue il y a longtemps!

Mais c'est moi qui m'étais fait prendre par ce « paralyseur » contre qui j'avais tant lutté. Et je n'étais pas

seule. Le dépliant contenait les coordonnées d'un groupe de soutien où les larmes et les questions sont les bienvenues.



Sandra Rutherford à la conférence L.I.V.E. de la Marche des dix sous

La première réunion (il y a plus de 14 ans) m'a réellement ouvert les yeux. C'est pourquoi en 2005, je me suis portée volontaire pour présider le groupe post-polio de Thunder Bay & District.

Comme tant d'autres personnes atteintes de SPP, j'ai des douleurs accablantes, une fatigue envahissante, de la difficulté à dormir, etc. Je ne me plains pas... loin de là! Et je ne suis pas sénile non plus!

Le SPP m'oblige à réserver mon peu d'énergie pour ce qui me passionne vraiment, comme me joindre à d'autres courageux survivants pour briser les mythes voulant que ce fléau soit chose du passé. La polio existe encore en 2010. ■

Lorsque vous éprouvez de nouveaux symptômes, il est important de savoir que vous n'êtes pas seul. Les groupes de soutien locaux constituent l'aspect le plus important de Polio Canada® : ils organisent des réunions et des séminaires à l'échelle locale et fournissent renseignements, soutien et encouragement. Communiquez avec le groupe de soutien le plus près de chez vous.

GROUPES DE SOUTIEN DE POLIO CANADA® AU PAYS

Southern Alberta Post Polio Support Society

7 – 11 St. NE Calgary AB T2E 4Z2
 Personne-ressource : Reny de Jong
 Tél. : 403-813-9583
 Téléc. : 403-281-1939
 calgary@sappss.com
 www.sappss.com

Wildrose Polio Support Society

132 Warwick Road NW
 Edmonton, AB T5X 4P8
 Personne-ressource : Glyn Smith
 Tél. : 780-428-8842
 Téléc. : 780-475-7968
 wpss@polioalberta.ca
 www.polioalberta.ca

Lethbridge & Area

2722 – 7 A Ave. North Lethbridge
 AB T1H 1A4
 Personne-ressource : Juanita Takahashi
 Tél. : 403-329-9453
 lethbridge@sappss.com

Saskatchewan Awareness of Post-Polio

2310 Louise Avenue
 Saskatoon, SK S7J 2C7

Personne-ressource : Ron Johnson
 Tél. : 306 - 477 - 7002
 Téléc. : 306-373-2665
 sapp1@sk.sympatico.ca
 www.geocities.com/sapponline

Polio Regina

825 McDonald St
 Regina, SK S4N 2X5
 Personne-ressource : Carole Tiefenbach
 Tél. : 306-761-1020
 twilf_earole@hotmail.com
 nonprofits.accesscomm.ca/polio

Post Polio Network (Manitoba) Inc.

a/s de SMD Self-Help Clearing House
 Suite 204, 825 Sherbrook Street
 Winnipeg, MB R3A 1M5
 Personne-ressource : Charlene Craig
 Tél. : 204-975-3037
 postpolionetwork@shaw.ca
 www.postpolionetwork.ca

Polio Ontario

Plus de 15 groupes en Ontario
 Tél. : 1-800-480-5903
 ou 416-425-3463, poste 7207
 polio@marchofdimes.ca

Association Polio Québec

3500, boulevard Décarie, bureau 263
 Montréal, QC H4A 3J5
 Personne-ressource : Mado Shrivell
 Sans frais : 1-877-765-4672
 Tél. : 514-489-1143
 Téléc. : 514-489-7678
 associationpolioquebec@bellnet.ca
 www.polioquebec.org

Polio New Brunswick

268 Montreal Ave.
 St. John, NB E2M 3K6
 Personne-ressource : Peter Heffernan
 Tél. : 506-635-8932
 peterhef@nbnet.nb.ca

Polio Northern New Brunswick

Personne-ressource : Claudia LeBlanc
 Tél. : 506-548-1919
 sunrayfifty@yahoo.com

Polio PEI

47 Westwood Crescent
 Charlottetown, PE C1A 8X4
 Personne-ressource : Stephen Pate
 Tél. : 902-566-4518
 stephen_pate@hotmail.com

VOUS N'ÊTES PAS SEUL(E). JOIGNEZ-VOUS À POLIO CANADA® AUJOURD'HUI!

M. Mme Mlle **Êtes-vous un(e)** Survivant(e) de la polio Professionnel(le) de la santé
 Parent(e)/ami(e) Autre

Nom : _____

Adresse : _____

Ville : _____ Prov. : _____ Code postal : _____

Courriel : _____

Votre don à Polio Canada® nous aidera à continuer à fournir de l'éducation et du soutien.

Voici mon don déductible d'impôts à Polio Canada®: 250 \$ 100 \$ 50 \$ 25 \$ Autre montant _____ \$

Je préfère faire un don mensuel de 5 \$ 10 \$ ou Autre montant _____ \$

Veuillez me facturer le 15 ou le 30 du mois.

Mon chèque est ci-joint OU Veuillez débiter ma carte VISA MasterCard American Express

N° de la carte : _____ Date d'expiration (mm/aa) : _____

Nom figurant sur la carte : _____ Signature : _____

Prière d'envoyer le formulaire accompagné du don à :

Polio Canada® - La Marche des Dix Sous du Canada, 10, boul. Overlea, Toronto, ON M4H 1A4

N° d'enregistrement d'organisme de charité (BN) 879585214 RR0001