



Les probiotiques

Fréquemment, je rencontre des clients qui sont étonnés d'apprendre que les animaux de compagnie aient leurs propres probiotiques. Et rassurez-vous, ce n'est pas un coup de marketing. De sérieuses études prouvent leurs bienfaits et depuis, les compagnies pharmaceutiques ont décidé d'établir leur propre gamme de produits. Les probiotiques vétérinaires sont bénéfiques dans plusieurs situations et c'est ce que je tenterai de vous souligner dans ces prochaines lignes. D'abord, comprenons ce qu'est un probiotique. Selon sa définition, ce sont des microorganismes bactériens souhaitables présents dans les flores digestive, buccale et vaginale permettant d'en préserver l'homéostasie (équilibre).

Les probiotiques sont une aide considérable au maintien de la santé digestive. Il est logique de croire que lors d'une maladie digestive (gastro-entérite, pancréatite, parasitose) ils permettront de restaurer plus rapidement la bonne flore bactérienne. Lors de moments plus délicats et stressants (sevrage du lait vers la nourriture, transition alimentaire, gardiennage en pension), ils pourront maintenir le bon ratio de bonnes bactéries et éviter le développement de diarrhée. C'est ce que nous appelons le phénomène de compétition. En prenant une place sur les récepteurs des cellules intestinales, les probiotiques empêchent l'adhésion des bactéries pathogènes. Ils peuvent aussi aider le jeune animal vulnérable à se forger une bonne flore bactérienne.

Lorsque nous devons instaurer un traitement antibiotique par la bouche, il est intéressant de penser à cette option. La fragilité digestive des animaux aux médicaments est variable, mais nous savons que certains développeront une diarrhée idiocyasique (causée par les médicaments) à chaque fois qu'ils recevront un traitement. Si vous savez que votre animal souffre de cette complication, il sera judicieux de combiner des probiotiques à ses médicaments la prochaine fois. D'autre part, si votre animal souffre d'une condition allergique ou inflammatoire (allergies alimentaires, IBD, allergies saisonnières), les probiotiques offrent un environnement optimal aux bactéries locales, diminuant les flatulences, les ballonnements et la fréquence des selles. Ils permettront un meilleur transit des aliments et favorisent une bonne digestibilité.

Finalement, les probiotiques peuvent avoir un effet extra-digestif : ils améliorent l'efficacité immunitaire. Leur présence favorise la production de mucus dans les intestins les rendant imperméables aux microorganismes. Ainsi, la barrière intestinale les emprisonne à l'intérieur. S'en suit alors une activation des cellules immunitaires locales (IgA) améliorant donc leur destruction avant même de ressentir les signes d'une maladie. Si par exemple vous amenez votre animal en forêt ou dans un parc à chiens et qu'il a tendance à dévorer des substances douteuses (...), l'ajout de probiotiques à sa ration quotidienne peut avoir un certain effet préventif.

En résumé, loin de moi l'idée de vous convaincre que les probiotiques sont des produits miraculeux. Néanmoins, ils possèdent des vertus intéressantes qui méritent notre attention. Évidemment, chaque cas est différent et donc si vous croyez que votre animal pourrait en bénéficier, venez d'abord nous en parler.

Dr^e Valérie Desjardins, mv

Not'journal - Benoit Guérin



Joyeuses fêtes!

En mon nom et au nom du conseil d'administration de votre journal, il me fait plaisir de vous souhaiter de joyeuses fêtes et une bonne, heureuse et prospère année 2016.

Guignolée

Je vous rappelle qu'en cette période des fêtes, vous pouvez avoir une petite pensée pour nos concitoyens qui pour une raison ou une autre se retrouvent dans le besoin et doivent compter sur le soutien d'organismes ou d'une banque alimentaires pour boucler leur budget. Je vous incite donc à faire un don à un organisme venant en aide aux plus démunis comme la Maison d'entraide de Prévost. Même si la guignolée est passée il y a quelques semaines, les besoins sont grands toute

l'année. Un petit coup de pouce de solidarité en cette période des fêtes.

Patrimoine

Une ombre au tableau en cette fin d'année. Plusieurs bâtiments patrimoniaux qui font le charme du village du Vieux-Shawbridge (Prévost) sont en danger. Plusieurs sont à vendre et nécessiteront des investissements importants pour les conserver. L'avenir de certains n'est pas assuré. Qu'advient-il en effet du Laurentian Lodge (Golf) dont la corporation a demandé à se dissoudre? Nous espérons que la municipalité de Prévost saura intervenir pour sauver notre patrimoine. Qui dans notre conseil divisé prendra la pôle de la préservation du patrimoine bâti de notre village? C'est à suivre de près en 2016.



Allez visiter...

Journal citoyens

Prévost • Piedmont • Sainte-Anne-des-Lacs

Accueil Articles Dossiers À propos Nous rejoindre Club Ado Média Devenir Membre Événements Archives

VOUS AIMEZ ÊTRE ?

À VOIR SUR LE WEB

À voir sur le Web

En lisant le journal papier, vous pourrez tomber sur un logo comme celui-ci, en noir et blanc ou en couleur. Ce logo signifie effectivement qu'une version complète de l'article se retrouve sur le site Web du Journal. Il nous arrive de manquer de place dans le journal papier et nous pensons que cette solution pourra permettre d'accéder à une information plus complète. – **Surveillez ce logo, il vous mènera aussi à des courts films réalisés spécialement pour l'événement.**

Journal citoyens

Prévost • Piedmont • Sainte-Anne-des-Lacs

www.journaldescitoyens.ca

Mission :

Le Journal des citoyens est né du besoin exprimé par un grand nombre de citoyens, de se doter d'un journal non partisan, au service de l'information général et communautaire. Société sans but lucratif, il est distribué gratuitement dans tous les foyers des municipalités de Prévost, Sainte-Anne-des-Lacs et Piedmont.

Les Éditions prévostoises ont choisi la gare, symbole de l'activité communautaire, comme quartier général du Journal des citoyens.

AVIS :

Outre la publication exceptionnelle d'un éditorial, les articles sont la responsabilité de leurs auteurs et n'engagent d'aucune façon le Journal des citoyens.

Tous les textes (article, opinion, annonce d'événements ou communiqué) doivent être accompagnés du nom, de l'adresse et du numéro de téléphone de l'auteur.

On ne peut utiliser des textes ou des photographies sans autorisation du Journal.

La conception des annonces du Journal des citoyens est incluse dans nos tarifs. Toute reproduction en tout ou en partie des annonces est interdite sans la permission écrite du Journal.

Les Éditions prévostoises
C.P. 603, Prévost, Qc, J0R 1T0
Tél. : 450 602-2794

Rédacteur en chef et directeur :

Michel Fortier, rédacteur en chef
tél. : 450 602-2794

redaction@journaldescitoyens.ca
www.journaldescitoyens.ca

Conseiller juridique :

Benoît Guérin
bguerin@journaldescitoyens.ca

788, rue Shaw, Prévost
Tél : 450-224-2507
maisonentraideprevost@videotron.ca

Nouvelles de la guignolée 2015

La guignolée de la Maison d'entraide de Prévost a eu lieu le samedi, 5 décembre dernier. En date du 10 décembre, la rondelette somme de 20222,17\$ a été amassée ainsi qu'une multitude de denrées.

En premier lieu, MERCI aux quelques cent cinquante bénévoles qui ont sillonné les rues de Prévost, le samedi 5, et ceux qui ont donné de leur temps à la réception et au classement des denrées. Sans eux, la guignolée n'existerait pas.

MERCI aux bénévoles de la Maison d'entraide de Prévost qui ont emballé une centaine de cadeaux qui seront remis aux familles inscrites à un panier de Noël. Merci à nos bénévoles qui confectionneront 66 paniers de Noël cette année.

Un MERCI tout spécial à nos précieux partenaires et commanditaires : Accueil au Toit Bleu – Atelier éducatif Caroline et ses amis – Carole Bouchard, graphiste – CIME-FM – CPE Abridoux – Écoles Val-des-Monts, Champ-Fleuri et des Falaises – Entretien paysager ALM – IGA Extra Famille Piché – Jean Coutu – Journal des

citoyens et Michel Fortier, éditeur et photographe – Le Club Optimiste de Prévost – Pompiers de la Ville de Prévost – Regroupement des gens d'affaires de Prévost – Restaurant l'Arrêt Gourmand – Sûreté du Québec – poste de la MRC Rivière-du-Nord – Tim Horton – Et bien entendu, notre porte-parole Guillaume Lemay-Thivierge.

Merci aux citoyens de la Ville de Prévost qui, année après année, supportent la guignolée de la maison d'entraide par leur grande générosité. À l'an prochain!

Déjeuner bénéfique

Le déjeuner bénéfique du mardi, 8 décembre dernier, au profit de la guignolée de la MEP, organisé par les pompiers de Prévost et la Sûreté du Québec, au restaurant l'Arrêt Gourmand, a obtenu un grand succès. Cent cinquante déjeuners ont été servis. Une belle somme de 1125\$ a été remise à la Maison d'entraide. Un gros merci aux organisateurs.

Horaire des fêtes

La Maison d'entraide sera fermée du 24 décembre 2015 au 3 janvier 2016. Retour à l'horaire normal, lundi, 4 janvier, 13 h.

Les Fêtes nous offrent une occasion unique de nous rapprocher des personnes avec qui nous partageons des valeurs, des affinités ou des amitiés. – Toute l'équipe de la Maison d'entraide de Prévost vous souhaite, ainsi qu'à votre famille, de vivre ces doux moments.

Joyeuses Fêtes à tous!

Suivez-nous sur Facebook et devenez amis avec nous www.maisonentraideprevost.org

Devenez membre de votre Journal

Devenir membre est tout à fait simple. Vous devez avoir plus de 18 ans, souscrire aux objectifs du Journal et payer une modique cotisation de 5 \$ annuellement.

Être membre, c'est démontrer son soutien et son attachement au Journal et lui permettre de continuer ce travail essentiel de communication dans notre collectivité. Vous pouvez devenir membre en remplis-

sant le coupon (ou par Paypal www.journaldescitoyens.ca) et en le faisant parvenir au Journal des citoyens, C.p. 603, Prévost, J0R 1T0, accompagné de votre paiement de 5 \$ à l'ordre des Éditions prévostoises.

En devenant membre, vous pourrez assister à l'assemblée générale annuelle qui aura lieu le **3 mars prochain, à 19 h** à la gare de Prévost.

Je désire devenir membre du Journal des citoyens

Voici ma contribution de 5 \$

(Les chèques doivent être faits à l'attention des Éditions Prévostoises)

Nom : _____

Adresse : _____

Téléphone : _____

Courriel : _____

Conseil d'administration et collaborateurs créatifs :

Benoît Guérin, président, Yvan Gladu, Gilbert Tousignant, Rodolphe Girard, Odette Morin, Georges Carlevaris, Isabelle Neveu, Jean-Guy Joubert, Yvon Blondin, Valérie Lépine, Lyne Gariépy, Luc Brousseau, Danielle Larocque, Jasmine Valiquette, Louise Guertin, Gisèle Bart, Sylvie D. Daigneault et Alexandra Girard

Révision des textes :

Gleason Thérberge, Solange Trudel, Valérie Lépine et Benoît Guérin.

Journaliste :

Valérie Lépine : vlepine@journaldescitoyens.ca
Isabelle Neveu : isa.neveu@journaldescitoyens.ca
Forum : vieprevost.blogspot.com
clubdelecturesadl.blogspot.ca

Facebook : Club Ado média

Direction artistique et infographie : Carole Bouchard

infographie@journaldescitoyens.ca

Représentante publicitaire :

Lise Pinard, tél. : 450 335-1678
lispinard@journaldescitoyens.ca

Imprimeur : Hebdo Litho

Tirage certifié : 10500 exemplaires

Distribution : Postes Canada : médiaposte

Dépôt légal :

- Bibliothèque nationale du Québec
- Bibliothèque nationale du Canada

ISSN 1496-2497 Journal des citoyens

Le Journal des citoyens reçoit l'appui de :

Culture et Communications Québec

AMECQ ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS COMMUNICATEURS DU QUÉBEC

Tirage certifié AMECQ

« Ce qui, probablement, fausse tout dans la vie c'est qu'on est convaincu qu'on dit la vérité parce qu'on dit ce qu'on pense » Sacha Guitry