



FOND DE L'HISTOIRE

MARS 2016



FAIRE FACE À DES MALADIES CHRONIQUES

PAGE 2

PROGRAMME

DES DONS COMMUNAUTAIRES :

Windsor-Essex Children's Aid Foundation

Windsor Residence for Young Men

Maryvale Children's Mental Health Centre

PAGE 6

NOUVEAUTÉS...

Alliance pancanadienne pharmaceutique

Rapport *Des cerveaux sains au travail*

Quoi de neuf chez GSC?

PAGE 7



TOUT LE MONDE A BESOIN D'UNE MAIN SECOURABLE... SURTOUT POUR FAIRE FACE À DES MALADIES CHRONIQUES

Lorsqu'il faut modifier son mode de vie pour prévenir ou gérer une maladie chronique, la plupart d'entre nous connaissent la chanson. Nous savons ce qu'il faut faire, mais la difficulté est de le faire. Les spécialistes conviennent que la probabilité qu'un changement de comportement soit durable est plus forte quand la personne s'est motivée elle-même et a une attitude positive. Mais comment au juste les membres du régime peuvent-ils se motiver et acquérir une attitude positive? Comme nous l'avons mentionné (à quelques reprises), les membres du régime ont peut-être besoin d'encouragements pour apprendre à se prendre en mains. Il est malheureusement rare, vu la situation du système de santé depuis des dizaines d'années, que les malades chroniques reçoivent cet encouragement.

Le médecin peut aider... jusqu'à un certain point

Nous en déduisons que le Canada fait piètre figure dans la prévention et la gestion des maladies chroniques. Les résultats sont médiocres, et l'on prévoit que la situation ira en se détériorant. Si le médecin de famille est la personne-ressource que les membres du régime consultent en premier lieu pour prévenir et gérer des maladies chroniques, il ne devrait vraisemblablement pas être leur dernier contact. Pour transformer leur mode de vie, les membres du régime doivent adopter une méthode structurée qui exige plus de temps et fait appel à la sensibilisation, à la motivation et à un suivi. Or, selon le modèle médecin-patient traditionnel, le médecin se borne à dire quoi faire – son rôle est centré sur le traitement de la maladie – plutôt que d'aider vraiment le patient à changer de comportement. De plus, le système a tendance à être réactif plutôt que préventif.

Des études menées dans différents pays, dont le Canada, montrent que la durée moyenne d'une visite chez le médecin varie de 5 à 15 minutes¹.

Une étude réalisée en 2013 révèle ceci :

- Le Canada se classe bon dernier parmi 11 membres de l'OCDE pour ce qui est du délai d'attente qui précède une visite chez le médecin de famille²;
- Selon cette étude, seulement de 31 à 46 pour cent des Canadiens peuvent obtenir un rendez-vous le jour même ou le lendemain³;
- De trois à 15 pour cent des Canadiens n'ont pas de médecin ni de clinique⁴;
- Une étude de 2010 sur le même sujet a révélé que les Canadiens déclaraient les délais d'attente les plus longs pour un rendez-vous chez un spécialiste⁵.

Un encouragement sous forme d'encadrement en santé

Des études montrent également que la sensibilisation à la santé seule – tout comme la sensibilisation combinée au soutien des pairs – n'est généralement pas garante d'un changement de comportement durable. Toutefois, la sensibilisation combinée à un soutien sous forme d'encadrement visant à renforcer la confiance du patient et à le rendre plus apte à gérer sa maladie et à se fixer des objectifs réalistes peut être nettement *plus efficace* que la sensibilisation seule. Cela tient peut-être au fait que dans l'encadrement en santé, il est essentiel d'inculquer les principes de la prise en charge individuelle, soit l'élément qui s'est révélé indispensable à un changement de comportement cohérent et durable. Comme cette expression le laisse entendre, l'encadrement en santé est le processus par lequel *un professionnel de la santé, pas forcément un médecin* :

- aide les patients à atteindre leurs objectifs en matière de santé – qu'il s'agisse de prévention ou de gestion – en les motivant et en les encourageant à prendre leurs progrès en main;
- accorde son soutien à chacune des étapes, allant de l'établissement d'objectifs réalistes et la résolution des problèmes à l'obtention d'un suivi permanent;
- a recours à diverses méthodes pour soutenir les patients; il est démontré que l'encadrement par téléphone et sur Internet est non seulement aussi efficace, mais aussi beaucoup plus économique, que l'accompagnement en personne.

Le résultat est le même, qu'il s'agisse d'encadrement ou d'encouragement : les membres du régime apprennent à se motiver eux-mêmes. De plus, l'accessibilité de l'encadrement en santé s'améliore. Une foule de professionnels de la santé – pharmaciens, nutritionnistes, personnel infirmier et physiologistes de l'exercice – interviennent de plus en plus dans divers contextes.

L'encadrement en santé est à notre portée... à la pharmacie

Nous avons décidé de descendre dans la rue pour recueillir des témoignages de première main sur l'encadrement en santé. En fait, nous n'avons pas eu besoin d'aller bien loin puisque nous n'avons même pas mis le nez dehors, car nous avons d'abord rencontré le chef de la stratégie pharmaceutique de GSC, Ned Pojskic.

Avant de faire partie de l'équipe de GSC, Ned avait travaillé à l'Ontario Pharmacist Association (OPA) et avait dirigé une étude menée en partenariat avec GSC pour examiner l'impact d'un programme de gestion de l'hypertension par les pharmaciens. Si cela vous dit quelque chose, c'est que nous avons déjà fait état de cette étude dans *Le fond de l'histoire*.

En ce qui concerne l'impact de l'encadrement en santé des pharmaciens dont l'étude a rendu compte, Ned explique : « L'étude de l'OPA et de GSC présente plusieurs résultats positifs selon lesquels, par exemple, le soutien des pharmaciens peut améliorer l'observance thérapeutique et la pharmacie est le point de convergence naturel de diverses activités liées à la gestion des maladies. Les gens vont à la pharmacie pour obtenir des médicaments d'ordonnance, et la suite logique est que le pharmacien aborde avec eux la gestion de leurs problèmes de santé. Les interactions qui ont lieu à la pharmacie permettent aussi au pharmacien de promouvoir la prévention des maladies par des mesures telles que la vaccination. Comme nous le savons, il est fréquent qu'une maladie chronique s'accompagne rapidement d'une autre affection chronique de sorte que si le pharmacien peut aider des patients à contrôler leur pression artérielle, il peut également contribuer à réduire l'incidence des problèmes cardiovasculaires et du diabète ».

Pour plus de détails...

Pour connaître les résultats détaillés de l'étude intitulée *Conséquences sur l'état de santé des patients de l'intervention des pharmaciens communautaires dans la prise en charge de l'hypertension : essai à répartition aléatoire et contrôlé*, allez sur le site Web de GSC à greenshield.ca et consultez le numéro de février 2014 du bulletin *Le fond de l'histoire*.

Cependant, la profession de pharmacien est actuellement en profonde mutation parce qu'elle délaisse son rôle de fournisseur de produits au profit de celui de prestataire de services. Certains de ces changements exercent une énorme pression sur le modèle traditionnel d'exercice de la profession, ce qui engendre des problèmes additionnels de délais et de ressources liés à la prestation des nouveaux services comme l'encadrement en santé. D'ici à ce que cette transition professionnelle soit achevée, les pharmacies continueront sans doute à avoir du mal à offrir ces services à tous les patients qui pourraient en bénéficier.

En dépit de certaines de ces difficultés, Ned estime que le soutien des pharmaciens est aujourd'hui plus nécessaire que jamais : « Bien que l'utilité du rôle des pharmaciens dans la gestion des maladies – l'hypertension, l'asthme, le diabète et l'hypercholestérolémie – soit attestée depuis plus de 30 ans, la valeur et l'incidence de ces services sont beaucoup plus reconnues depuis quelques années par les payeurs des secteurs tant public que privé. Cela s'explique en partie par le fait que tous les éléments qui concourent à une tempête parfaite – le vieillissement de la population, l'incidence croissante des maladies chroniques, les contraintes imposées aux médecins, l'intensification des pressions de toutes sortes exercées sur le système de soins de santé, le marché de plus en plus complexe des médicaments – sont réunis pour forcer le système de soins de santé à changer. Le changement s'impose ».

Le soutien des pharmaciens est-il la voie de l'avenir ou une vogue passagère?

Les interlocuteurs les mieux placés pour répondre à cette question sont certainement ceux qui forment les pharmaciens. Nous sommes donc entrés en contact avec David Edwards, directeur Hallman de l'École de pharmacie de l'Université de Waterloo.

Fondée en 2008, l'École de pharmacie de l'Université de Waterloo est relativement jeune, ce qui, selon David, constitue un atout : « Nous avons la capacité d'entrevoir ce que sera l'avenir et d'adapter continuellement notre programme en conséquence ». David poursuit en expliquant qu'une facette importante de la profession consistera à reconnaître que « le rôle du pharmacien va bien au-delà de la remise de médicaments, car le pharmacien est le spécialiste de la gestion thérapeutique dans le système des soins de santé. À ce titre, le pharmacien a un rôle très important à jouer dans la prévention et la gestion des maladies chroniques ». Tout comme Ned, David est d'avis que l'encadrement en santé représente un volet important de ce rôle et qu'il est là pour rester et gagner en importance.

Comme elle reconnaît l'impact que les pharmaciens peuvent avoir par l'encadrement en santé, l'Université de Waterloo est appelée à être un chef de file. L'École de pharmacie intègre des éléments de l'encadrement en santé dans son programme d'enseignement. Les étudiants en pharmacie apprennent comment aider les patients à comprendre leur état, à établir des objectifs réalistes et à surmonter les obstacles.

Quelle est la prochaine étape? Ned et David entrevoient que le pharmacien de demain continuera d'interagir avec le patient en ayant recours à de nouveaux moyens pour accorder encore plus d'importance au patient. Pour ce faire, il faudra toutefois établir un modèle d'affaires qui permette aux pharmaciens d'offrir des services cognitifs additionnels et d'être rémunérés pour leur temps et leur savoir-faire.

La génération des pharmaciens de demain

L'École de pharmacie de l'Université de Waterloo fait figure de pionnière et trace la voie de la profession de pharmacien :

- Elle permet aux futurs pharmaciens de développer pleinement leur potentiel en intégrant dans le programme d'enseignement des cours innovateurs dans les domaines, par exemple, des techniques d'interview motivationnelle et de la communication;
- Elle évalue les aptitudes en communication des candidats, même à l'étape de l'admission;
- Elle offre un programme de coopération travail-études pour qu'au moment où ils obtiennent leur diplôme, les étudiants en pharmacie aient acquis 18 mois d'expérience pratique.

Après la pharmacie, au tour de l'épicerie

Notre enquête nous a ensuite menés dans un supermarché où nous avons rencontré un autre type de professionnel de la santé qui joue un rôle actif d'encadrement en santé dans la collectivité. Il y a cinq ans, Les Compagnies Loblaw limitée ont lancé une gamme de services de diététique de même que le programme de notation nutritionnelle Guide-étoiles, qui attribue jusqu'à trois étoiles aux aliments les plus nutritifs. Les magasins Loblaw comptent aujourd'hui 69 nutritionnistes à l'échelle du Canada.

Alexis Williams, directrice principale – Bien-être, Compagnies Loblaw limitée, explique qu'un large éventail de services de diététique sont offerts aux personnes de tous les âges qui se préoccupent de leur alimentation. Par exemple, les membres du régime pourraient s'inscrire à une visite commentée d'un supermarché en compagnie d'une nutritionniste qui les guiderait d'un rayon à l'autre en leur expliquant comment faire des choix alimentaires sains.

Il est également possible d'établir un bilan nutritionnel dans le cadre d'un encadrement individuel assuré par une nutritionniste. « Chaque séance d'encadrement est entièrement personnalisée », explique Alexis. « La nutritionniste effectue d'abord une évaluation des besoins, qui couvre les antécédents médicaux et alimentaires ainsi que les objectifs en matière de nutrition de la personne. Au cours de la séance suivante, compte tenu de l'évaluation et des objectifs, la nutritionniste fait des recommandations personnalisées. Des séances de suivi lui permettent de constater les progrès accomplis et d'accorder un soutien nutritionnel à la personne qui l'a consultée jusqu'à ce qu'elle ait atteint ses objectifs ».

Comment les services de diététique ont-ils été accueillis? Alexis répond que les commentaires ont été très positifs et que les participants observent des résultats concrets. Tout comme le soutien offert en pharmacie par les pharmaciens est efficace, l'efficacité de l'encadrement assuré en supermarché par les nutritionnistes ne fait aucun doute. « Grâce à la sensibilisation à une alimentation saine et au soutien offerts directement dans les supermarchés, les consommateurs reçoivent des conseils pratiques qu'ils peuvent aussitôt mettre en application, à l'endroit même où ils font leurs emplettes », explique Alexis.

L'ENCADREMENT EN DIÉTÉTIQUE EN PLEINE ACTION



Un diabétique avait appris par son médecin que ses problèmes de vision et ses douleurs aux jambes étaient dus à son taux élevé de glucose dans le sang. Que faire? Un ami avait eu la bonne idée de lui recommander de consulter les services de diététique de Loblaw.

L'homme a expliqué à la nutritionniste qu'il avait des antécédents familiaux de diabète, mais qu'il n'avait jamais fait attention à son alimentation parce qu'il ne comprenait pas vraiment le lien entre régime alimentaire et santé. Cet homme consommait beaucoup d'aliments transformés et ne savait pas comment lire les étiquettes. Depuis mai 2015, avec l'aide de la nutritionniste, il a :

- éliminé ses problèmes de vision et ses maux de jambe;
- appris à gérer son taux de sucre sanguin et le contrôler maintenant;
- commencé à s'adonner régulièrement à la marche, au cyclisme et au kayak sans éprouver le moindre inconfort;
- appris à lire les étiquettes et apprête lui-même ses repas à la maison;
- commencé à manger des légumes (et même à y prendre goût);
- a perdu près de dix kilos.

Cela dit, l'encadrement en diététique est-il juste une mode? « L'encadrement en santé, tout comme les techniques d'interview motivationnelle, représente depuis toujours un volet important de la formation des nutritionnistes et a toujours fait partie de leur rôle », répond Alexis. « Je crois que l'encadrement en diététique est appelé à se répandre, car notre profession va continuer à préconiser une approche centrée sur le client. Les nutritionnistes visent à adopter une approche collaborative plutôt que prescriptive pour aider les consommateurs parce que ce sont l'information et le soutien qui contribueront à changer de façon durable les modes de vie. »

Encourager les membres du régime à modifier de façon durable leur comportement

Quoique notre système de soins de santé ne soit actuellement pas structuré pour prévenir ou gérer efficacement les maladies chroniques, l'encadrement en santé en milieu communautaire peut encourager les membres du régime à modifier leur comportement. Ils peuvent apprendre ce que signifie la prise en charge de leur santé. Tout ce dont ils ont besoin, c'est d'une main secourable... dans un premier temps à la pharmacie puis au supermarché.

Sources :

¹ « Conseil pratique sur le nombre de patients inscrits », Le Collège des médecins de famille du Canada, 2012. Consulté en février 2016 : http://www.cfpc.ca/Best_Advice_Panel_Size/ et « Effects of interventions aimed at changing the length of primary care physicians' consultation (Review) », Andrew D Wilson, Susan Childs, Cochrane Library, le 26 janvier 2006. Consulté en février 2016 : <http://onlinelibrary.wiley.com>

^{2,3,4} « Canadian patients wait longest to see family doctors », CBC News, le 20 janvier 2014. Consulté en février 2016 : <http://www.cbc.ca/news/health/canadian-patients-wait-longest-to-see-family-doctors-1.2501468>

⁵ « Les soins de santé au Canada 2012 : regard sur les temps d'attente », Institut canadien d'information sur la santé, 2012. Consulté en février 2016 : https://secure.cihi.ca/free_products/HCIC2012-FullReport-FRweb.pdf

CHEZ VOUS ET AILLEURS... DES ÉVÉNEMENTS À NE PAS MANQUER

Congrès national et AGA de la Canadian Association of Independent Life Brokerage
Agencies (CAILBA) – Du 29 au 31 mars 2016

Queen's Landing, Niagara-on-the-Lake (Ontario)

<http://cailba.com/cailba-2016-national-conference-agm/>

Benefits & Pension Summit – Les 31 mars et 1^{er} avril 2016

Sheraton Centre, Toronto (Ontario)

<http://www.benefitscanada.com/conferences/benefits-and-pension-summit>

Ne ratez pas le très cher David Willows de GSC, qui fait partie des conférenciers.

PROGRAMME DES DONN COMMUNAUTAIRES

VOICI COMMENT NOUS CONTRIBUONS À L'INTÉRÊT COMMUN...



Tracer la voie pour un avenir plus prometteur

Voici comment les organismes que nous finançons font une différence

Les soins de première ligne – notamment les soins dentaires, soins de la vue, médicaments d'ordonnance, services de gestion de la maladie et services de soutien en santé mentale – peuvent être un catalyseur du changement. C'est pourquoi le Programme des dons communautaires de GSC s'attache à aider les organismes et initiatives qui fournissent des soins de première ligne aux personnes sous-assurées ou non assurées. Tous les organismes financés incluent une composante « intervenant pivot » – ce qui signifie un changement positif en dirigeant les personnes vulnérables vers des services supplémentaires susceptibles d'améliorer leur situation.

GSC

soins  de première ligne[™]

Windsor-Essex Children's Aid Foundation – Équipes communautaires de traitement intensif

Les enfants aux prises avec des problèmes de santé mentale et de comportement dont les parents font également face à de graves difficultés sont fréquemment pris en charge par la Windsor-Essex Children's Aid Society. Pour obtenir l'aide dont ils ont besoin, ces enfants sont souvent relocalisés dans d'autres collectivités. Le programme des Équipes communautaires de traitement intensif (ECTI) de la Windsor-Essex Children's Aid Foundation aide les parents et les enfants à améliorer la dynamique familiale pour qu'un plus grand nombre d'enfants puissent rester dans leur foyer. Pendant la durée du programme et après son achèvement, un intervenant pivot veille à ce que les familles reçoivent un soutien permanent. GSC soutiendra directement les familles en finançant les frais de déplacement, des activités récréatives et d'autres services. Pour en savoir plus, allez à www.wecaf.on.ca.

Windsor Residence for Young Men – Intervenant pivot en santé mentale auprès des jeunes

La mission de la Windsor Residence for Young Men consiste à offrir un foyer de transition aux jeunes hommes itinérants et à risque afin de les préparer à mener une vie autonome. Les problèmes de santé mentale sont un obstacle de taille à l'autonomie individuelle. C'est pourquoi le rôle de l'intervenant pivot en santé mentale auprès des jeunes est essentiel : il rencontre chaque résident pour déterminer ses besoins en santé mentale, soutient les résidents qui se préparent à voler de leurs propres ailes, fait connaître aux jeunes les ressources communautaires, accorde un soutien constant aux anciens résidents et entre en contact avec les jeunes hommes susceptibles d'avoir besoin d'aide. GSC financera le poste d'intervenant pivot. Pour en savoir plus, allez à www.wrym.ca, www.facebook.com/windsorresidenceforyoungmen/ et <http://twitter.com/WRYMresidence/>.

Maryvale Children's Mental Health Centre – Enseigner aux familles à adopter des stratégies en matière de santé mentale et à se prendre en charge

Maryvale est un centre de santé mentale pour les enfants qui traite les adolescents aux prises avec de très graves problèmes émotionnels, psychologiques et mentaux. Son programme, appelé Teaching Families Mental Health Strategies and Self Care, enseigne aux jeunes à mieux gérer leurs émotions perturbatrices et aide les parents à soutenir plus efficacement leurs enfants. Le programme repose sur le rôle de l'encadreur qui, en plus d'enseigner ces stratégies, agit en tant qu'intervenant pivot en aidant les familles à obtenir un soutien communautaire qui peut prendre diverses formes, par exemple l'établissement d'un budget, l'aide aux études ou un service de répit. GSC financera le poste d'encadreur. Pour en savoir plus, allez à www.maryvale.ca.

NOUVEAUTÉS

LE GOUVERNEMENT FÉDÉRAL ADHÈRE À L'ALLIANCE PANCANADIENNE PHARMACEUTIQUE

Dans le cadre de son engagement à réduire les coûts des médicaments d'ordonnance et à en faciliter l'accès, le gouvernement du Canada a adhéré à l'Alliance pancanadienne pharmaceutique. Le régime d'assurance-médicaments du gouvernement fédéral s'adresse aux Premières nations et aux Inuit, à la GRC, aux Forces armées canadiennes, aux anciens combattants, aux détenus fédéraux et aux demandeurs du statut de réfugié.

L'Alliance négocie des baisses de prix des médicaments de marque et s'emploie à réduire le coût des médicaments génériques. Le pouvoir de négociation de ce groupe permet des économies plus substantielles, un meilleur accès aux médicaments et l'uniformisation des prix et des critères d'admissibilité à l'assurance-médicaments à l'échelle du Canada. Le gouvernement fédéral est maintenant membre de l'Alliance aux côtés de l'Alberta, de la Colombie-Britannique, de l'Île-du-Prince-Édouard, du Manitoba, du Nouveau-Brunswick, de la Nouvelle-Écosse, de l'Ontario, du Québec, de la Saskatchewan, de Terre-Neuve-et-Labrador et du Yukon.

Qu'est-ce que cela signifie pour votre régime? Les réductions de prix négociées par l'Alliance se traduisent par des coûts moins élevés pour les régimes tant publics que privés. Ainsi, depuis sa fondation en 2012, l'Alliance a négocié des réductions de prix pour 14 médicaments génériques et a conclu des ententes concernant les prix d'un certain nombre de médicaments de marque. L'adhésion du gouvernement fédéral procure à l'Alliance un pouvoir d'achat encore plus grand, qui devrait permettre de réaliser des économies encore plus substantielles.

Pour plus de renseignements, visitez le site Web du gouvernement du Canada à <http://nouvelles.gc.ca/web/article-fr.do?nid=1028339>

LE CONFERENCE BOARD DU CANADA PUBLIE UN AUTRE RAPPORT DE LA SÉRIE DES CERVEAUX SAINS AU TRAVAIL

Le Conference Board du Canada a publié le deuxième rapport d'une série de quatre intitulée *Des cerveaux sains au travail*. Le rapport *Des cerveaux sains au travail : Avantages sociaux et programmes en matière de santé mentale offerts par les employeurs* explore les garanties et les programmes proposés par les employeurs canadiens dans le domaine de la santé mentale.

Fondé sur les résultats d'un sondage mené auprès de 239 employeurs canadiens, ce rapport montre en quoi les garanties et les programmes en matière de santé mentale diffèrent entre les employeurs et les secteurs d'activité. Il rend compte des lignes directrices et des normes utilisées par les employeurs pour mettre en œuvre leur stratégie en matière de santé mentale, de même que des difficultés et des obstacles auxquels ils font face dans la mise en place d'une stratégie ou d'une politique à cet égard. Ce rapport présente également des études de cas portant sur trois organisations qui ont instauré des programmes et des pratiques dans le domaine de la santé mentale.

Le premier rapport de la série – *L'empreinte des problèmes de santé mentale : Des cerveaux sains au travail* – porte sur les problèmes de santé mentale des travailleurs canadiens et sur la nécessité d'aborder la problématique de la santé mentale des employés. Les deux derniers rapports traiteront de l'impact de la mise en place de garanties et de programmes en matière de santé mentale en milieu de travail.

Pour plus de renseignements ou pour télécharger le rapport, rendez-vous sur le site du Conference Board du Canada à <http://www.conferenceboard.ca/e-library/abstract.aspx?did=7707>

QUOI DE NEUF CHEZ GSC?

Bientôt sur vos écrans

Cette année, nous donnons le coup d'envoi de notre ménage du printemps en lançant un tout nouveau site Web qui vous épatera. Ce site Web, qui fera appel à une technologie de pointe, vous offrira une expérience optimale et arborera un nouveau design raffiné. Nous ajouterons aussi de nouvelles caractéristiques très intéressantes, dont nous ne pouvons pas encore vous dévoiler les détails. À suivre!

Fitbit!

Nous sommes heureux de vous annoncer le dernier ajout à notre portail de gestion de la santé Changerpurlavie^{MC} : des moniteurs Fitbit! Depuis leur apparition, les moniteurs Fitbit font des adeptes partout et, compte tenu de l'efficacité avec laquelle ils enregistrent les activités quotidiennes, nous avons jugé approprié de les intégrer dans le portail Changerpurlavie. Les membres du régime peuvent maintenant synchroniser leurs moniteurs Fitbit avec le tableau de bord Changerpurlavie pour accumuler des points au titre des activités dont ils font le suivi.

GAGNANT DU TIRAGE D'UN FITBIT

Toutes nos félicitations à J.Rice, Cameron (Ontario), gagnant de notre tirage mensuel d'un Fitbit. Dans le cadre de ce concours, le nom d'un membre sera tiré au sort parmi les membres du régime qui se sont inscrits aux Services en ligne des membres du régime.



greenshield.ca

London	1.800.265.4429	Vancouver	1.800.665.1494
Toronto	1.800.268.6613	Windsor	1.800.265.5615
Calgary	1.888.962.8533	Montréal	1.855.789.9214
	Service à la clientèle		1.888.711.1119