

- ★ ENTORSES ET FRACTURES
- ★ MAUX DE TÊTE ET MIGRAINES
- ★ BURSITES, TENDINITES, CAPSULITES
- ★ HERNIES DISCALES

NICOLE
BILODEAU,
physiothérapeute



Syndrôme des nouveaux retraités

*Enfin! Vous avez pris
votre retraite durant la
dernière année.*

*Vous avez fait du ski tout
l'hiver, c'est
le bonheur!*

*Vous avez
gardé les
petits enfants
et vous êtes
bien amusé.*

*Les trois
dernières
semaines passées dans le
Sud avec les copains,
vous avez joué au golf
4 fois par semaine!*

*DÉCEPTION: vous avez
mal au dos, vous dormez
mal... Qu'est-ce qui
se passe?*

Vous avez planifié avoir des
fleurs et vous avez le temps

*année de retraite;
voici pourquoi:*

- ils sont très actifs et
souvent beaucoup trop
- ils ne sont
pas en forme
- ils veulent
jouir de
la vie au
maximum
- ils manquent
de souplesse
- ils se lancent
dans le sport
ou le jardinage à fond.



Élise traitant un bas de dos

CE N'EST RIEN DE GRAVE.

Nos professionnels de la
physiothérapie traitent sou-
vent des nouveaux retraités
qui ont travaillé de longues
heures toute leur vie; ils
n'ont jamais eu le temps de
faire du sport ou du gardina-
ge et se blessent durant leur



Salle de traitement à aire ouverte

d'aménager votre terrain
à votre goût. Votre fille
déménage et vous pourrez
vous amuser à repeindre
et l'aider à décorer. Mais ce
mal de dos vous empoisonne
la vie et vous ne savez pas
si vous pourrez faire tout
ce dont vous rêvez depuis
si longtemps.

*C'est le syndrome des nou-
veaux retraités: ils ont
mal partout dès la première*



Salle d'évaluation ou de traitement privé

première année de retraite.
La physiothérapie peut gran-
dement vous aider à diminuer
les douleurs et l'inflamma-
tion, et vous redonner sou-
plesse et force. La thérapie
du sport complète le traite-
ment par des exercices ciblés
en fonction du sport ou de
l'activité physique que vous
voulez faire.

*Nicole Bilodeau, pht
et son équipe*

Physiothérapie - Thérapie du sport - Massothérapie

Accès direct: même en urgence sur rendez-vous

**CLINIQUE de PHYSIOTHÉRAPIE
NICOLE B. DESROCHERS inc.**

210, rue Principale, St-Basile-le-Grand J3N 1M5

**Ouvert
lundi au jeudi
8h à 21h
vendredi
8h à 17h**

www.physiodesrochers.ca

450 653-1880

