

Living Lab Charlevoix s'associe à Lucilab pour offrir à sa population rurale l'accès gratuit à Luci, un programme numérique conçu pour favoriser la santé cognitive

BAIE-SAINT-PAUL, le 18 mai 2022 – Grâce à une première collaboration entre le [Living Lab Charlevoix](#), piloté par la Chaire d'innovation et de recherche en médecine d'urgence, et Lucilab, une entreprise québécoise à mission sociétale, les Charlevoisiens et Charlevoisiennes âgés entre 45 et 70 ans peuvent dès maintenant se créer un compte gratuitement dans [l'application Web, Luci](#). Fondé sur la science, le programme Luci vise à favoriser l'adoption des saines habitudes de vie reconnues pour leur effet favorable sur la santé du cerveau.

Luci : un programme préventif axé sur les saines habitudes de vie

Luci se concentre sur trois facteurs de protection de la santé cognitive, soit l'activité physique, la saine alimentation et la stimulation intellectuelle. Comme l'explique Connie Ann Ramos, chef du programme d'intervention chez Lucilab : « *On sait aujourd'hui que le mode de vie a un impact majeur sur la santé du cerveau. En effet, jusqu'à 40% des cas de la maladie d'Alzheimer seraient attribuables à des facteurs de risque modifiables [1]* ». Accessible sur ordinateur, tablette ou téléphone intelligent, Luci permet de faire le point sur ses habitudes de vies actuelles à l'aide d'un bilan, de bâtir des objectifs personnalisés, de recevoir l'accompagnement d'un(e) conseiller(ère) et d'avoir accès à une bibliothèque de contenus éducatifs et pratiques.

Une innovation prometteuse pour la région rurale de Charlevoix

Selon les données démographiques, l'âge médian de la population de Charlevoix est environ 10 ans plus âgée que pour l'ensemble de la province [2]. Selon Dr Richard Fleet, médecin d'urgence, psychologue et fondateur du Living Lab Charlevoix : « *La tendance du vieillissement populationnel touche fortement les milieux ruraux. Il y a un besoin considérable pour des solutions visant à favoriser la santé physique et cognitive des adultes et aînés en région.* »

En collaborant avec Lucilab, le Living Lab Charlevoix a notamment comme objectif de mesurer l'appréciation du programme Luci par les utilisateurs et utilisatrices ainsi que d'évaluer le potentiel d'implémentation d'une telle solution numérique à travers son réseau de partenaires publics, parapublics et communautaires. « *Charlevoix se distingue par sa créativité, son ouverture d'esprit et son engagement. À mon avis, c'est une population idéale pour tester une innovation comme Luci* », ajoute-t-il.

Milieu rural versus milieu urbain: des écarts toujours présents

Encore aujourd'hui, des inégalités persistent sur le plan de l'accès aux soins et services de santé entre les milieux ruraux et urbains. À titre d'exemple, on estime que les patients canadiens traités dans les hôpitaux ruraux ont 20 % plus de risques de mourir d'un accident vasculaire cérébral que les patients traités dans les hôpitaux urbains [3] et les patients traumatisés des régions rurales du Québec ont un taux de mortalité 3,4 fois plus élevé que leurs concitoyens des grands centres [4]. « *L'accessibilité est une valeur fondamentale de Lucilab. Ultiment, nous souhaitons que tous les Québécois présentant des facteurs de risque modifiables du déclin cognitif puissent avoir accès à nos services et ce, peu importe leur code postal* » affirme Marc-André Chagnon, président de Lucilab.

Sources : 1. [Livingston et al., 2020](#) ; 2. [Institut de la statistique du Québec, 2017](#) ; 3. [Fleet et al., 2018](#) ; 4. [Fleet et al., 2019](#)



Pour accéder à l'application, rendez-vous à l'adresse <https://app.lucietmoi.ca/>.

NB: places limitées et critères d'admissibilité en vigueur.



Pour une demande d'entrevue, contactez Jennie Barrette, jennie.barrette.cissca@ssss.gouv.qc.ca (418) 219-8199 ou Sophie Geoffrion, sgeoffrion@lucilab.org (514) 996-7260

À propos du Living Lab Charlevoix

Depuis sa fondation en 2019, le [Living Lab Charlevoix](#) a pour mission de créer, de prototyper et de tester des innovations en santé afin d'améliorer les soins et services pour la population de Charlevoix, pour ensuite les diffuser afin qu'elles soient disponibles pour l'ensemble des populations rurales du Québec, du Canada et d'ailleurs dans le monde. Dans un constant esprit de design thinking, Living Lab Charlevoix a bâti un riche écosystème d'innovation qui se mobilise depuis près de 3 ans avec la motivation commune de réduire les écarts en santé entre les milieux urbains et ruraux.

À propos de Lucilab

Fondée par la famille Chagnon, [Lucilab](#) est une entreprise de technologie de la santé dont la mission sociétale est de réduire le risque de déclin cognitif et de la maladie d'Alzheimer. Projet phare de Lucilab, Luci est un programme numérique qui vise à fournir des stratégies et des conseils fondés sur la science afin de favoriser l'adoption et le maintien de saines habitudes de vie reconnues pour leur effet protecteur sur le cerveau grâce à l'accompagnement personnalisé et confidentiel d'un(e) conseiller(ère). Actuellement disponible sous forme d'application web, Luci devrait faire son arrivée sur les plateformes de téléchargement prochainement.