

**Le Portail sur le vieillissement optimal de McMaster:**  
des informations fondées sur des données probantes sur le vieillissement en  
santé pour les professionnels de la santé et leurs patients/clients

« **Que puis-je faire dès maintenant?** »

- ✔ **Visitez le site Web** pour trouver des données probantes issues de recherches scientifiques de haute qualité sur le vieillissement en santé qui sont accessibles dans un langage convivial. L'utilisation du Portail est GRATUITE.
- ✔ **Inscrivez-vous** pour accéder au contenu du Portail pour les professionnels de la santé et abonnez-vous à nos alertes par courriel qui sont adaptées à vos intérêts professionnels.
- ✔ **Suivez-nous à @Mac\_AgingNews sur Twitter** afin de rester à l'affût de l'actualité sur le vieillissement et des données probantes en lien avec les nouvelles qui font les manchettes.
- ✔ **Aimez-nous sur Facebook** et partagez notre contenu avec vos réseaux personnels et professionnels.
- ✔ **Encouragez vos patients** ou vos clients à lire les billets du blogue, les résumés de données probantes ou les évaluations de ressources Web sur le Portail, et à s'inscrire aux alertes par courriel qui sont destinées au grand public.
- ✔ **Affichez le dépliant du Portail** à votre bureau, centre ou clinique.
- ✔ **Parlez du Portail à vos collègues:** une source d'information de confiance qui est fondée sur des données probantes concernant le vieillissement en santé.
- ✔ **Ajoutez un lien vers le Portail** sur votre site Web en tant que ressource d'information recommandée en matière de vieillissement en santé.
- ✔ **Distribuez** des documents provenant du Portail lors de vos événements communautaires (contactez-nous pour recevoir des documents).
- ✔ **Contactez-nous** à [info@mcmastervieillissementoptimal.org](mailto:info@mcmastervieillissementoptimal.org) pour nous proposer des sujets ou nous offrir des commentaires sur le Portail