

Voici différentes ressources qui pourraient vous être utiles, à vous ainsi qu'à vos proches. N'hésitez pas à en profiter.

SERVICES OFFERTS AU CHUM

Service des bénévoles

Les bénévoles du CHUM sont dévoués et disponibles. Ils peuvent :

- vous écouter
- vous accompagner durant vos traitements
- vous prêter un livre de la bibliothèque mobile
- vous proposer des activités de loisirs lors d'une hospitalisation
- vous donner du café ou du jus quand vous êtes à la clinique externe

Voici comment les joindre :

- Hôpital Saint-Luc : 514 890-8000, poste 35864
- Hôpital Notre-Dame : 514 890-8000, poste 26025
- Hôtel-Dieu : 514 890-8000, poste 12656

Fondation Virage pour le soutien au cancer

Les bénévoles de Virage aident les patients atteints de cancer et leurs proches. La plupart de leurs services sont gratuits.

Ils offrent de l'écoute, du soutien moral et une foule de services dont les suivants :

- conférences
- yoga
- massothérapie
- programmes d'exercices
- groupes de soutien
- art-thérapie
- centre de documentation

- centre de beauté : prêts de prothèses capillaires (perruques), dons de foulards, turbans et bonnets

Certains services s'adressent spécifiquement aux jeunes adultes, comme le **fonds Jason**. Ce fonds offre de l'aide financière aux jeunes âgés de 16 à 30 ans atteints de cancer.

Des livres pour aider à parler du cancer avec son jeune enfant

Des livres peuvent vous aider à expliquer à un enfant ce qu'est le cancer et comment il peut l'affronter avec force et espoir.

Voici les livres disponibles :

L'Amour pour toujours

L'histoire d'un petit raton laveur (ami de l'écureuil) dont la mère, en rechute d'un cancer, fait face à la mort. (Démarche palliative.)

Luron apprivoise les forces de l'espoir

L'histoire d'un petit écureuil dont la mère est confrontée à la maladie (cancer) et se retrouve en rémission complète. (Démarche curative.)

Luron et Zébulon

Outil d'accompagnement psychologique et pédagogique pour mieux utiliser les 2 livres précédents.

Vous pouvez les acheter via la Fondation Virage. La moitié des revenus tirés de la vente de ces livres est versé au Fonds Luron. Pour en savoir plus, contactez la Fondation Virage.

Pour joindre Virage :

Hôpital Notre-Dame (Pavillon Mailloux),
1560, rue Sherbrooke Est, local K-1253-1
514-890-8000, poste 28139
www.viragecancer.org
administration@viragecancer.org

Programme « Belle et bien dans sa peau »

Cet atelier de 2 heures aide les femmes atteintes de cancer à se sentir belles et bien dans leur peau, malgré les effets de la chimiothérapie ou de la radiothérapie.

Au programme :

- comment vous maquiller alors que vous perdez vos cheveux ou vos sourcils
- comment prendre soin de vos mains et de votre peau
- comment utiliser vos produits cosmétiques
- comment choisir et porter un foulard, un chapeau ou une prothèse capillaire (perruque)

514-890-8000, poste 25181
www.belleetbiendanssapeau.ca

SERVICES HORS DU CHUM

Groupes de soutien et forums de discussion

Club Défi Cancer

Un site Web qui présente des ressources, des activités, des forums de discussions et des vidéos pour les adultes de 18 à 39 ans.
www.cancerfightclub.com/accueil

Société canadienne du cancer

Cet organisme offre du soutien sous plusieurs formes incluant du jumelage téléphonique et du counseling. On peut aussi vous référer à des organismes qui offrent du soutien spécialisé (difficultés psychologiques, problèmes amoureux, sexualité, dépendances, annonce du diagnostic aux enfants, etc.). Des ateliers d'art-thérapie, de relaxation et de visualisation sont aussi offerts à différents endroits du Québec.

Ligne Cancer j'écoute : 1-888-939-3333
www.cancer.ca/fr-ca/?region=qc
www.parlonscancer.ca : des forums de discussion en ligne

Fondation québécoise du cancer

Cette fondation vise à améliorer la qualité de vie des personnes atteintes de cancer et de leurs proches.

514 527-2194

Ligne Info-cancer : 1 800 363-0063

Un service gratuit de renseignements et d'accompagnement.

www.fqc.qc.ca

Centre de bien-être de L'espoir, c'est la vie

Ce centre offre de nombreux programmes et des activités d'une grande diversité. Il peut entre autres mettre des jeunes adultes atteints de cancer en contact avec d'autres jeunes qui ont vécu l'expérience du cancer.

514-340-3616

www.lespoircestlavie.ca/fr/home

www.lespoircestlavie.ca/fr/jeunesadultes

Fondation Sur la pointe des pieds

Cette fondation permet aux personnes de 14 à 29 ans atteintes de cancer de participer à des « expéditions thérapeutiques » en plein-air. Ils peuvent améliorer leurs chances de guérison en prenant conscience de leurs forces, en se dépassant physiquement et psychologiquement et en développant leur autonomie.

418 543-3048

www.pointedespieds.com

Young Adult Cancer Canada (YACC)

Un organisme qui fournit de l'information et du soutien aux jeunes adultes atteints d'un cancer (en anglais seulement).

1 877 571-7325

www.youngadultcancer.ca

Les 3 sites Web qui suivent sont situés en France. Ils comprennent entre autres des forums qui fournissent de l'information et du soutien. Ils permettent à tous les jeunes atteints de cancer de discuter entre eux et de partager leurs expériences.

Tribu Cancer

www.tribucancer.org

Jeunes Solidarité Cancer (JSC)

www.jeunes-solidarite-cancer.org

La Ligue contre le cancer

www.ligue-cancer.net

Cliquez sur « Recevoir de l'aide » puis sur « Forum de discussion ».

Informations sur la fertilité

Avenir Fertile

Cette association a pour but d'informer et d'aider les personnes atteintes de cancer de moins de 40 ans afin qu'elles puissent conserver leur fertilité.

1 877 467-3066

www.fertilefuture.ca/fr/pour-les-patients/

Autres ressources

Centre de références du Grand Montréal

Cet organisme donne de l'information sur les ressources sociales et communautaires du Grand Montréal (sécurité sociale, santé, travail, bien-être, loisirs, etc.).

514 527-1375

www.info-reference.qc.ca

Centre de santé des femmes de Montréal

Cet organisme communautaire aide les femmes à s'approprier leur santé gynécologique et sexuelle.

514-270-6110

www.csfmontreal.qc.ca

Réseau québécois d'action pour la santé des femmes

Cet organisme multidisciplinaire vise l'amélioration de la santé physique et mentale des femmes, ainsi que de leurs conditions de vie.

514 877-3189

www.rqasf.qc.ca

Rose Magazine

Rose Magazine est un magazine édité en France, disponible sur le Web. Il s'adresse spécifiquement aux femmes touchées par le cancer. Il propose des enquêtes, des portraits et plusieurs guides pratiques. C'est aussi un espace d'entraide et de témoignages pour les patientes et leurs proches.

www.rosemagazine.fr

Hébergement à Montréal

Si vous devez vous faire traiter à Montréal et que vous n'avez pas d'endroit où loger, voyez le document *Où loger durant mes traitements contre le cancer à Montréal ?*