

## Besoin d'information ?

Visitez [viragecancer.org](http://viragecancer.org) et notre page Facebook pour connaître nos services et ressources ainsi que ceux de nos partenaires.



Inscrivez-vous en ligne

\* Réservé aux patients en traitement au Centre de cancérologie du CHUM.

## Centre de bien-être

### Soins onco-esthétiques

L'onco-esthétique favorise l'harmonie entre le corps et l'âme. Elle permet de mieux contrôler les effets des traitements sur la peau, les cheveux, les poils et les ongles.

Venez profiter des conseils de prévention personnalisés.

**GRATUIT**

Séance de 30 minutes

Lieu : Centre de bien-être

RV : 514 890-8000, # 28139 ou en ligne

### Vêtements post-opératoires

- Gains ou soutiens-gorge pour une chirurgie du sein. Calculer environ 1h pour le temps d'essayage. (prescription requise)
- Prothèses mammaires temporaires post-mastectomie

Lieu : Centre de bien-être

RV : 514 890-8000, # 28139

### Coupe de cheveux (5\$)

La chute des cheveux peut être une étape difficile à traverser.

- Offert avant ou au début des traitements
- Sur rendez-vous seulement

Lieu : Centre de bien-être, C14-7065

RV : 514 890-8000, # 28139 ou en ligne

### Alternatives capillaires

- Location de prothèses capillaires pour 2 ans (dépôt de 50\$)
- Choix de bonnets, foulards et chapeaux

Lieu : Centre de bien-être

RV : 514 890-8000, # 28139

### Centre de documentation

Variété de brochures sur divers types de cancers, leurs traitements, l'alimentation, la psychologie et le deuil.

Lieu : Centre de bien-être

Sans rendez-vous

## Activités



### Massothérapie

Les massothérapeutes de la Fondation Virage sont agréés et spécialisés en oncologie.

25\$ par massage (max. 6 séances)

Séance de 45 minutes

Lieu : Local CS4-5007

INSCRIPTION : en ligne



### Kinésiologie VIRTUEL

Programme virtuel de remise en forme conçu spécialement pour les patients en oncologie.

Requête médicale par fax requise (514) 412-7447

REQUÊTE d'un professionnel de la santé



### Yoga VIRTUEL PRÉSENTIEL

Découvrez des méthodes d'étirements et de relaxation

pour vous détendre et vous sentir bien dans votre corps. Tous sont les bienvenus peu importe le niveau d'expérience.

Session de 8 semaines (15 personnes)

1 cours par personne par session

Mardi ou jeudi, AM ou PM

INSCRIPTION : en ligne



### Atelier d'écriture VIRTUEL PRÉSENTIEL

S'amuser en écrivant sur des thématiques variées, le tout agrémenté d'exercices simples et la possibilité de lire aux membres du groupe le fruit de son travail.

Session de 10 semaines (10 personnes)

1 cours par personne par session

Mercredi PM

INSCRIPTION : en ligne

### Art thérapie au CHUM PRÉSENTIEL

Expérimentez le dessin, la peinture l'argile et plus encore. Aucune expérience requise.

INSCRIPTION EN LIGNE : [www.fqc.qc.ca](http://www.fqc.qc.ca)  
Fondation québécoise du cancer

MERCREDI : 10h à 12h • Local B01-8014

## Soutien

### Groupe de soutien et de partage VIRTUEL \*

Un diagnostic de cancer bouleverse votre vie et celle de vos proches ?

Partager votre expérience et votre vécu vous aidera à mieux comprendre certains aspects de la maladie et ainsi, vos émotions seront plus faciles à gérer.

Vendredi 10h à 12h

INSCRIPTION : 514 890-8000, # 28139

### Peur de la récurrence VIRTUEL \*

Vous êtes sur le point de terminer vos traitements contre le cancer ou vous les avez déjà terminés et êtes inquiets d'une possibilité de récurrence ?

**GRUPE FERMÉ (10 personnes)**

4 séances de 2h

Mardi PM

Offert toute l'année.

INSCRIPTION : 514 890-8000, # 28139

### Parole onco \*

Programme d'accompagnement offert aux patientes ayant reçu un diagnostic de cancer du sein. Il vous permet d'être en contact avec une patiente accompagnatrice ayant eu un parcours similaire au vôtre.

Elle vous aide à exprimer vos craintes et vos besoins et peut répondre à vos questions.

INSCRIPTION • Tél.: 514 890-8000, # 28139  
ou Courriel: [parole.onco.chum@gmail.com](mailto:parole.onco.chum@gmail.com)

### Groupe de soutien du cancer de la prostate VIRTUEL

Séances d'information virtuelles sur le cancer de la prostate.

Conférences et échanges en ateliers de discussion avec un professionnel de l'équipe d'urologie et d'oncologie.

Détails sur [soutienprostatechum.org](http://soutienprostatechum.org)  
514 890-8000, # 24619

INSCRIPTION : en ligne

## Autres ressources

### APPUI PROCHES AIDANTS

Nous offrons un accompagnement personnalisé, confidentiel et gratuit aux proches aidants.  
Ligne Info aidant : **1 855 852-7784**

### BELLE ET BIEN DANS SA PEAU

Ateliers virtuels de conseils sur l'hygiène, les soins de la peau et les alternatives capillaires.  
• lgfb.ca **1 800 914-5665**

### CANCER

**Fondation québécoise du cancer**  
Hébergement, services et soutien  
• fq.c.qc.ca **1 800 363-0063**

**Regroupement des organisations communautaires en oncologie** Information et ressources  
• rocoqc.ca **514 506-3503**

**Société canadienne du cancer**  
Information et soutien  
• cancer.ca **1 888 939-3333**

### COLORECTAL

**Cancer colorectal Canada**  
Groupe de soutien **514 875-7745**  
• colorectalcanadacanada.com ou **1 877 502-6566**

### LEUCÉMIE ET LYMPHOME

**Société de leucémie et lymphome Canada**  
Groupe de soutien  
• sllcanada.org **1 833 222-4884**

### MYÉLOME

**Soutien Myélome Canada** contact@myelome.ca  
• myelomacanada.ca **514 421-2242**

### OVAIRE

**Cancer de l'ovaire Canada**  
• ovairecanada.org **877 413-7970 #331**

### PEAU

**Fondation Sauve ta peau**  
Soutien et ressources pour les personnes atteintes d'un cancer de la peau.  
• sauvetapeau.ca **1 800 460-5832**

### POUMON

**Association pulmonaire du Québec** **514 287-7400**  
• poumonquebec.ca ou **1 888 768-6669**

### PROSTATE

**Procure** - Procure sensibilise, soutient et informe les personnes concernées par cette maladie.  
• procure.ca **1 855 899-2873**

### REIN

**Cancer du rein Canada** **514 907-2188**  
• cancerdurein.ca ou **1 866 598-7166**

### SEIN

**Fondation du cancer du sein du Québec**  
Soutien aux femmes **514 871-1717**  
• rubanrose.org ou **1 877 990-7171**

### TESTICULE

**Cancer testiculaire canada**  
• cancertesticulaire.org **1 855 899-2873**

### TUMEURS CÉRÉBRALES

**Fondation canadienne des tumeurs cérébrales**  
Groupes de soutien  
• braintumeur.ca **1 800 265-5106**

### VESSIE

**Cancer de la vessie Canada**  
• bladdercancercanada.org **1 866 674-8889**

Novembre 2022



Soutien aux personnes touchées par le cancer

**Fondation Virage, CHUM**  
1 000, rue St-Denis, Local C14-7065  
Montréal Qc H2X 0C1  
514 890-8000, #28139  
viragecancer.org



Soutien aux personnes touchées par le cancer

*La Fondation Virage a été fondée en 1987.*

*Notre mission est d'offrir un soutien aux patients atteints de cancer dès leur diagnostic et tout au long de leur parcours de soins par le biais de services, d'activités et de ressources.*

*Notre centre de bien-être est un lieu de rencontre et de partage pour les patients atteints de cancer et leurs proches.*

**Fondation Virage, CHUM**  
1 000, rue St-Denis  
Local C14-7065  
Montréal Qc H2X 0C1  
514 890-8000, #28139  
viragecancer.org

**VOUS**  
écoute  
accueille  
accompagne  
informe

organise pour  
**VOUS**  
différentes  
activités