

# L'HUMAIN AU CŒUR *toujours!*



Fondation  
québécoise  
du cancer

J'aime me sentir utile, je suis comme ça. Je veux toujours alléger la vie des gens, la rendre plus belle, plus lumineuse. Je peux donc dire, après un an auprès d'elle comme porte-parole, qu'entre la Fondation québécoise du cancer et moi, la chimie est bel et bien là.

Toutes les 9 minutes, un Québécois apprend qu'il a un cancer. Ça donne froid dans le dos... Comme tant d'autres, ma famille n'a pas été épargnée par le cancer. Devoir faire ses adieux à une personne que l'on aime fait réfléchir. Après avoir perdu ma belle-mère il y a presque trois ans, j'accompagne à présent mon frère qui, à son tour, fait face à cette maladie qui ne se laisse pas oublier longtemps.

Maintenant que je connais cette ressource, j'utilise moi-même les Services Info-cancer de la Fondation. J'ai également participé, à Montréal, à une séance d'art-thérapie à l'intention des proches et j'y ai trouvé une forme de refuge... J'ai aussi été profondément touchée par des gens que j'ai rencontrés à La marche du Grand Défoulement de Trois-Rivières, dont Judith et Jean, si courageux, si inspirants.

De mon côté, si ma musique peut faire du bien et adoucir cette grande souffrance, ce sera pour moi une façon de prendre ces gens dans mes bras et de leur dire que je suis de tout cœur avec eux. On n'est pas tous musiciens, vous me direz. Mais chacun de nous a sa petite musique intérieure capable d'apaiser des proches qui en ont besoin.

Merci d'écouter votre musique toute personnelle et de faire en sorte que la Fondation puisse continuer d'accompagner ceux et celles qui doivent vivre une telle épreuve, où qu'ils soient. Grâce à votre appui, des gens ne sont plus seuls face au cancer... parce que nous nous soucions d'eux et qu'ils sont au cœur de nos vies.



**Guylaine Tanguay**  
Porte-parole de la  
Fondation québécoise  
du cancer

BULLETIN 2022

- ▷ Du nouveau!
- ▷ Derrière nos services, des visages
- ▷ Des témoignages qui en disent long sur ce que permet votre appui

# Du nouveau à la Fondation

## Le Programme d'aide à la vie quotidienne



Un travailleur autonome de 42 ans a vu ses revenus chuter de 30 % au cours des deux dernières années de pandémie. Dans la foulée, il apprend qu'il a un cancer. En plus d'encaisser le choc, il réalise qu'il n'aura pas droit au chômage et se retrouve, du jour au lendemain, en traitement et sans revenu, avec deux enfants à nourrir.

Une entrepreneure âgée de 38 ans, propriétaire d'un studio de yoga, a dû fermer ses portes au début de la pandémie, « temporairement » croyait-elle. Mais l'été dernier, elle a appris qu'elle souffrait d'un cancer du poumon. En raison de ses traitements, elle n'a pas pu recommencer à travailler.

Deux personnes qui n'ont pas été admissibles à de l'aide financière, mais qui pourront désormais y avoir accès grâce au **nouveau Programme d'aide à la vie quotidienne** de la Fondation québécoise du cancer, et ce, en consultant les travailleurs sociaux et intervenants en oncologie des établissements de santé du Québec.

« Un programme nécessaire : les Québécois auront enfin accès à l'équivalent de ce que l'Ontario offre déjà. C'est rassurant de pouvoir offrir une ultime option aux patients du Québec : une véritable bouée de sauvetage. »

- Marie-Amandine Sauthier, travailleuse sociale en oncologie et coordonnatrice, Programme d'aide à la vie quotidienne

Pour plus d'information, rendez-vous sur : [fqc.qc.ca/fr/besoin-d-aide/programme-d-aide-a-la-vie-quotidienne](http://fqc.qc.ca/fr/besoin-d-aide/programme-d-aide-a-la-vie-quotidienne)

## Une meilleure accessibilité de nos outils en ligne • [services.fqc.qc.ca](http://services.fqc.qc.ca)

La Fondation travaille actuellement sur un projet de refonte Web dans le souci constant d'améliorer l'accessibilité aux programmes et services de santé à travers le Québec.

Déjà, depuis un peu plus d'un an, on peut trouver en ligne le **Répertoire des ressources** pour les personnes atteintes d'un cancer et leurs proches ainsi que pour les professionnels de la santé. Fraîchement mis à jour, le répertoire rassemble, sous un même portail et classés par catégories, quelque 2 200 organismes de toutes les régions et offrant les services d'intervenants de la santé, d'aide à domicile, d'hébergement, de transport et de soutien de toutes sortes. Un outil unique et incontournable pour quiconque cherche des ressources à proximité et à l'échelle de la province.

## La Fondation, c'est aussi des gens comme vous!

« Une personne sur deux, ce n'est pas banal. Rares sont les causes qui touchent une personne sur deux.

Mon engagement auprès de la Fondation a commencé grâce à mon amitié de longue date avec Marco, le directeur général, qui m'a parlé en 2017 du rôle qu'il y joue ainsi que de la mission et de l'impact de celle-ci. Cela m'a touché, surtout que j'ai vécu quelques histoires tristes de proches qui ont eu à faire face au cancer. Au début des années 80, ma grand-mère Evelyne a même été l'une des premières résidentes de l'Hôtellerie de Montréal, alors "toute neuve". Je n'étais qu'un garçon à l'époque, mais je me rappelle qu'elle a quitté son patelin, Sainte-Agathe-des-Monts, pour venir suivre ses traitements en ville. Douze ans plus tard, c'est sa fille, ma tante Claire, qui prenait l'autobus de l'Abitibi pour venir séjourner dans cette même Hôtellerie, le temps de ses traitements. J'ai fait le compte : 11 personnes de mon entourage, des parents, des amis, des collègues, sont décédées d'un cancer. Et j'en compte 7 qui traversent actuellement cette épreuve ou l'ont traversée.

La Fondation s'occupe des gens, de leur bien-être, et cela va au-delà de la maladie. C'est pour cette raison que, pour une cinquième année, je me suis engagé auprès de mon grand *chum* à soutenir l'événement *Cancerto*. En plus de solliciter des partenaires d'affaires, des clients, des proches, je double les dons reçus. Chacun peut aider à sa manière, selon ses moyens. C'est ce qui donne son essence, son pouvoir, à la Fondation. »

Eric F. Gosselin, donateur et ami de la Fondation

## Derrière nos services, des visages!

La Fondation, c'est essentiellement des personnes qui en aident d'autres. Voici quelques visages de membres de notre équipe multidisciplinaire qui, en plus de procurer soutien, soulagement et accompagnement au quotidien, le font avec bienveillance et le plus sincère des sourires.



Stéphanie Dubois, infirmière

« J'ai beaucoup travaillé en soins palliatifs et en oncologie. J'ai également de nombreuses années d'expérience en soutien et en intervention psychosociale. Quand une personne reçoit un diagnostic de cancer, c'est un bouleversement pour elle et ses proches. Beaucoup de questions et d'incertitudes apparaissent. Sur la Ligne Info-cancer, un service anonyme et confidentiel, nous sommes là pour apaiser leur anxiété en leur donnant des informations sur leur cancer et leurs traitements et en les aiguillant vers les ressources dont ils ont besoin. C'est extrêmement gratifiant de savoir que je peux les aider dans cette épreuve. »



Séverine Hervouet, psychologue

« Être psychologue en oncologie, c'est favoriser l'adaptation émotionnelle du patient à un parcours de soins parfois houleux, l'aider à naviguer à travers les bonnes et les moins bonnes journées, lui permettre de composer avec l'incertitude et susciter un espoir réaliste. Nous sommes là pour soutenir avec bienveillance chaque personne dans son épreuve, ses proches et l'équipe soignante. C'est un privilège de pouvoir faire partie de l'équipe et de constater l'effet apaisant de nos interventions. »



Denis Jolicœur, kinésiothérapeute

« Le cancer déteste l'activité physique qui, elle, procure des bienfaits incontestables pour la santé. En tant que kinésiothérapeute, mon travail est de procéder par étape, en proposant des exercices d'intensité modérée et progressive, facilement applicables au quotidien. Ces exercices adaptés permettent aux personnes atteintes de mieux gérer les symptômes de la maladie, les effets secondaires des traitements de même que leur stress. Elles en éprouvent ainsi une augmentation de leur énergie. »



Lucie Sarrasin, art-thérapeute

« Le but de l'art-thérapie est d'ouvrir une fenêtre sur notre monde intérieur et de valider les émotions ressenties. J'encourage les participants à créer sans stress de performance, l'idée étant de s'exprimer et de lâcher prise. Pendant les ateliers, ils peuvent mettre leurs préoccupations de côté et s'abandonner au processus créatif. Cela permet aussi de mettre en perspective ce qui est vécu afin de pouvoir mieux passer à travers les défis que la maladie impose. Les groupes d'art-thérapie permettent de rencontrer d'autres personnes vivant des situations semblables, ce qui fait énormément de bien. »



Maurizio Perna, massothérapeute

« Je suis massothérapeute spécialisé en oncologie, ce qui nécessite une connaissance approfondie de tous les cancers, des traitements et des effets secondaires afin de développer des manœuvres sur mesure, qui répondent le mieux aux besoins de chaque personne. Le massage favorise la relaxation et le bien-être physique et mental. Il réduit l'anxiété, les douleurs musculaires et les effets secondaires des traitements. Au-delà de la passion que j'ai pour mon métier, c'est de voir l'amélioration de l'état physique et émotionnel des personnes que je soigne qui m'apporte le plus de satisfaction. »

# L'Hôtellerie de Québec, enfin au maximum de sa capacité!



« Après plusieurs reports d'ouverture complète en raison de la pandémie, l'Hôtellerie de Québec offre 81 lits aux personnes atteintes et aux proches de la région, depuis mai dernier. Elle est désormais la plus grande du réseau de la Fondation. Un vrai soulagement pour les nombreuses personnes suivies pour le traitement d'un cancer venant de régions plus éloignées telles que le Saguenay et la Côte-Nord. C'est gratifiant de voir que nous sommes en mesure d'aider ceux qui en ont besoin, car la demande est grande et le besoin réel. »

— Josée Lamontagne, superviseure des Hôtelleries de Québec et de Lévis

« Mon frère et moi avons séjourné à l'Hôtellerie de Québec en janvier 2022. Nous y avons reçu un accueil chaleureux. Toute l'équipe est d'une si grande gentillesse et tellement dévouée. Elle veille à faciliter le séjour des personnes qui, comme moi, doivent se rendre à l'hôpital pour les traitements et qui ont vraiment besoin de paix, de repos et de tranquillité. Le séjour à l'Hôtellerie nous a également permis de rencontrer des personnes qui vivent une situation plus ou moins similaire face au cancer; ça fait du bien de savoir que nous ne sommes pas seuls dans ces moments cruciaux de nos vies. Mille mercis à l'équipe en or de l'Hôtellerie de Québec. »

— Camille et Antoine

## Qui sont ces créateurs d'avenir?

« Après le décès de ma sœur, j'ai revu mon testament. L'option de faire un don testamentaire m'est alors apparue comme une avenue qui comportait plusieurs avantages et répondait à mes besoins. J'ai choisi la Fondation québécoise du cancer comme héritière, puisque je tenais à faire un don à un organisme qui a un impact dans le quotidien des Québécois et qui n'était pas dédié à la recherche. Après avoir échangé avec les professionnels de la Fondation, j'ai l'esprit tranquille et la certitude que ma volonté sera respectée. Je suis fière de savoir que mon legs fera une différence. »

— Oliva Valina

« Le don d'assurance vie me permet de faire un don important sans que je m'en rende compte. Je suis heureuse de pouvoir poser ce geste, puisque je me sens redevable à la Fondation québécoise du cancer qui m'a offert une aide précieuse et bienveillante lorsque j'ai moi-même dû faire face à un cancer. Si je peux vous inspirer à faire de même pour cet organisme si essentiel, j'en serai fière! »

— Agathe Allaire



**Les dons planifiés sont avantageux et à la portée de tous. Renseignez-vous.**



### Une première pour l'édition 2022 de cet automne

Les maires et mairesses de Montréal, Trois-Rivières, Québec, Gatineau et Granby s'impliquent et invitent la population à La marche du Grand défolement qui aura lieu dans leur ville respective.

**On compte sur vous. Venez vous défouler avec nous! Inscrivez-vous sur [lamarchegd.ca](http://lamarchegd.ca)**

# Merçi

de soutenir la Fondation québécoise du cancer en renouvelant votre appui chaque fois que vous le pouvez.

Quelle que soit votre façon de donner, quel que soit le montant que vous nous offrez, **vosre confiance nous touche et vosre générosité contribue à ne laisser personne derrière, face au cancer.**