*Aider les patients atteints de cancer et leurs familles … une **personne** à la fois*

CanSupport des Cèdres

offre aux patients ainsi qu'à leurs proches une variété de services pratiques, éducatifs et d'accompagnement tout au long de l'expérience du cancer, jusqu'en fin de vie. Tous nos services, bilingues et gratuits, sont offerts par une équipe de professionnels et de bénévoles qualifiés.

SERVICES PRATIQUES

- Prothèses capillaires, chapeaux et foulards
- Listes de magasins recommandés pour achat de prothèses capillaires et mammaires
- Vignettes de stationnement et information sur les prix réduits
- Information sur assistance financière
- Divertissement :
  - Livres, DVD et CD
  - Rafraîchissements
  - Heure du thé et soirée cinéma
  (pour patients hospitalisés seulement)

SERVICES ÉDUCATIFS

- **Centre de documentation**
- **Conférences au grand public**

Ateliers psychoéducatifs

- **'Belle et Bien dans sa peau'**
  Sur les soins de la peau et les cosmétiques
  - Pour les patientes seulement

- **Brouillard Cérébral** (© Maximum Capacity)
  Sur les difficultés cognitives secondaires au traitement. Apprentissage de techniques et stratégies pour favoriser la mémoire, la gestion des tâches et le bien-être psychologique

- **Cancer Transitions: Aller au delà du traitement** (© Livestrong)
  Apprentissage de stratégies favorisant un suivi médical approprié, une nutrition adéquate, l'exercice physique adapté et un bien-être psychosocial suivant la phase de traitement

- **Habiletés d'adaptation**
  Sur les stratégies pour faire face au stress reliés au cancer
  - Offerts séparément aux patients et aux proches

- **Programme parent / famille**
  Sur les stratégies pour composer avec les réalités et préoccupations d'être à la fois patient et parent
  - Conjoints bienvenus

CanSupport des Cèdres, fondée en 1988, est une initiative de la Fondation du cancer des Cèdres.

SERVICES COMPLÉMENTAIRES

Ces services sont spécialisés pour la clientèle en oncologie et peuvent être adaptés aux besoins des patients en fin de vie et leurs proches

- **Massage thérapeutique** - *Séance individuelle*

- **Reiki**
  Technique japonaise qui favorise la relaxation profonde en encourageant le flux d'énergie à travers le corps
  - Séance individuelle

- **Méditation et relaxation**
  Exercices de respiration et entraînement de pleine conscience - *Séance individuelle*

- **Yoga – Méthode douce**
  - Séance individuelle et de groupe

- **Remise en forme physique**
  - Séance de groupe

- **Accompagnement par les arts**
  Utilisation des différentes approches artistiques et de la créativité pour accompagner la personne à son rythme dans l'épreuve de la maladie. AUCUNE expérience artistique requise - *Séance individuelle et de groupe*
  - Musicothérapie
  - Drama thérapie
  - Art-thérapie

GROUPES DE SOUTIEN

Ces groupes promouvoient l'échange entre les participants vivant des expériences similaires, l'utilisation des ressources intérieures et la gestion des défis reliés au cancer

- **Groupe post-traitement**
  Pour favoriser l'adaptation après le traitement

- **Groupe pour personnes endeuillées**
  Pour faire face à la perte d'un être cher suite à un cancer

- **Groupe pour personnes avec le cancer du sein** – art-thérapie

cansupport.ca

Programme pour Adolescents & Jeunes Adultes (de 18 à 39 ans)

Deux groupes de soutien :
Pour partager entre pairs des préoccupations spécifiques aux jeunes adultes

- **Groupe pour tous les jeunes adultes**

- **Groupe pour les jeunes adultes atteints d'un cancer avancé** – art-thérapie

Retraites de fin de semaine, activités sociales et ateliers organisées annuellement en collaboration avec d'autres organisations

Photos : © Asbed, Amanda Tetreault, MUHC

Faire du bénévolat au sein de CanSupport…

CanSupport des Cèdres cherche constamment des personnes prêtes à offrir de leur temps pour aider en salles d'attente, des cliniques d'oncologie et au chevet des patients hospitalisés sur les unités d'oncologie ou de soins palliatifs. Il nous fera plaisir de vous accueillir pour en discuter, offrir la formation et trouver une place qui vous convient au sein de notre équipe.

Pour vous inscrire ou nous rejoindre :

Nos centres de ressources sont au cœur des cliniques d'oncologie

CANSUPPORT DES CÈDRES
- à l'hôpital Royal Victoria
bureau A2.44
Tél : 514 934-1934, poste 31666
cansupport.rvh@muhc.mcgill.ca

CANSUPPORT DES CÈDRES
- à l'hôpital général de Montréal
bureau A7.116
Tél : 514 934-1934, poste 42314
cansupport.mgh@muhc.mcgill.ca

Faire un don
cedars.ca

FONDATION DU CANCER DES CÈDRES
CEDARS CANCER FOUNDATION

cansupport.ca

Centre universitaire de santé McGill — McGill University Health Centre

*Helping cancer patients and their families… one **person** at a time*

Cedars CanSupport

provides patients and their caregivers with a range of free and bilingual practical, educational and psychosocial support services throughout their cancer journey and if needed, at the end of life. Our team of professional staff and trained volunteers are here to help you at each step along your cancer journey.

PRACTICAL SERVICES

- Free wigs, hats and turbans
- List of retailers for wigs, hair pieces and breast prostheses
- Reserved parking pass and reduced cost parking information
- Information on financial help
- Volunteer hospitality services:
  - Books, DVDs and CDs
  - Refreshments
  - Tea Time and Movie Night
    (for hospitalized patients only)

EDUCATIONAL PROGRAMS

- **Learning resource centre**
- **Public lectures**

Workshops

- **'Look Good Feel Better'**
  A skin care and cosmetic workshop
  - For female patients

- **Brain Fog program** (© Maximum Capacity)
  To help cancer patients overcome their cognitive difficulties by learning techniques and strategies to improve memory, task management and psychological well-being

- **Cancer Transitions: Moving Beyond Treatment**
  (© Livestrong)
  To help patients transition from active treatment to post-treatment; covering topics such as nutrition, exercise, medical follow-up and psychological well-being

- **Coping Skills**
  To manage the stresses of cancer
  - Offered separately for cancer patients and caregivers

- **Parent / Family program**
  To discuss the strategies to deal with the challenges and realities of being a patient and a parent at the same time
  - Partners welcome

Cedars CanSupport, founded in 1988, is an initiative of the Cedars Cancer Foundation.

COMPLEMENTARY SERVICES

These services are specifically targeted for cancer patients under active treatment or post-treatment, or also for palliative patients and caregivers

- **Massage therapy** *- Individual sessions*

- **Reiki**
  Japanese technique that promotes a deep state of relaxation *- Individual sessions*

- **Meditation & relaxation**
  Breathing exercises and mindfulness training
  - Individual sessions

- **Yoga – Gentle yoga**
  - Individual and group sessions

- **Fitness class**
  - Group sessions

- **Creative art therapies**
  Using different artistic approaches and creativity for patients to explore their experience and learn new ways of coping. NO artistic experience necessary!
  - Individual and group sessions
  - Music therapy
  - Drama therapy
  - Art therapy

SUPPORT GROUPS

These groups encourage participants to share with others living a similar experience, to find inner resources and better cope with challenges related to cancer

- **Post-treatment support group**
  Adjusting to life after treatment ends

- **Bereavement support group**
  Facing the loss of a loved one to cancer

- **Group for breast cancer patients** – art therapy

cansupport.ca

Adolescent & Young Adult Program (18 to 39 years old)

Two support groups:

To share concerns related to cancer among peers within the young adult population

- **Group for all young adults**

- **Art therapy for young adults living with advanced cancer**

Annual weekend retreats, workshops and social activities in collaboration with other organizations

Photos: © Asbed, Amanda Tetreault, MUHC

Donate
cedars.ca

Volunteering with us…

We have a team of trained volunteers who are dedicated to lending a helpful hand in the oncology day clinics and on the inpatient floors (oncology and palliative care unit). We encourage you to join our team of volunteers and contribute in supporting patients and their loved ones on their cancer journey... Contact us to discuss and to learn more about our training and volunteer opportunities.

To register or to reach us:

Our resource centres are well situated in the oncology day clinics

CEDARS CANSUPPORT
- at the Royal Victoria Hospital
Room A2.44
Tel: 514 934-1934, extension 31666
cansupport.rvh@muhc.mcgill.ca

CEDARS CANSUPPORT
- at the Montreal General Hospital
Room A7.116
Tel: 514 934-1934, extension 42314
cansupport.mgh@muhc.mcgill.ca

FONDATION DU CANCER DES CÈDRES
CEDARS CANCER FOUNDATION

cansupport.ca

Centre universitaire de santé McGill — McGill University Health Centre