

## Zéro degré de séparation

Quand le cancer frappe, c'est tout un monde qui est secoué autour de la personne atteinte.

Je le sais, pour l'avoir vécu en tant que proche aidant. Mais depuis que je suis porte-parole de la Fondation québécoise du cancer, j'ai découvert que cette épreuve pouvait aussi être le début d'autre chose. Quelque chose comme un désir viscéral de transformer son vécu en une expérience positive et de connecter avec ceux qui sont passés par là...

C'est une dame de 78 ans qui redéfinit la notion de résilience en battant un record de collecte de fonds. C'est l'héritage d'un jeune homme, Félix, qui se poursuit même après lui, grâce à l'engagement de ses proches. C'est une école au grand complet qui se mobilise pour insuffler de l'espoir, dans un nuage de poudre multicolore, à une femme atteinte de la région.

**Toutes ces histoires, que je vous invite à découvrir dans ce bulletin, elles nous montrent qu'il y a tout un monde qui gravite autour des personnes atteintes de cancer. Une communauté tissée serrée. Une famille élargie. Des gens qui arrivent en renfort lorsque les forces manquent, au-delà de ce qui nous sépare.**

Par vos dons, vous faites partie de ce petit monde de la Fondation québécoise du cancer, qui s'étend aux cinq coins de la province et se nourrit de solidarité.

Je vous remercie d'en être et vous souhaite une belle fin d'été! Qu'il vous rapproche de ce qui compte vraiment.

Bruno Pelletier, porte-parole bénévole

À L'INTÉRIEUR

# Bravo à nos généreux aventuriers de Voyage ta vie!

Ils sont à la fois marcheurs et philanthropes. Ils choisissent de faire le défi du Chemin des Sanctuaires, le défi des Îles-de-la-Madeleine ou Compostelle en tandem pour se dépasser, tout en récoltant des dons pour aider les personnes qui font face au cancer. Depuis 2016, nos participants à Voyage ta vie ont récolté plus de 272 000 \$ en soutien à la Fondation.

## Compostelle en tandem

Paysages magnifiques, villages pétillants de vie, rencontres d'espoir et de plaisir partagé... l'aura de Compostelle est unique, tant pour le voyageur en quête spirituelle que pour celui qui recherche les défis physiques. La Fondation offre ce parcours aux personnes désirant rendre hommage à la résilience des milliers de Québécois touchés par un cancer. Plus de 16 000 \$ ont été récoltés à ce jour pour l'édition 2019.



## Le défi des Îles-de-la-Madeleine

Cette destination magnifique connaît tant de succès que la Fondation a ajouté un 2<sup>e</sup> groupe de marcheurs. Avant même de débiter le parcours, nos participants avaient déjà dépassé leur objectif avec 30 832 \$ amassés en date du 27 juin.

## Le défi du Chemin des Sanctuaires

Le défi relie le Sanctuaire Notre-Dame-du-Cap de Trois-Rivières à la basilique de Sainte-Anne-de-Beaupré et passe par les plus jolis sentiers du Québec. Quatorze marcheurs l'ont relevé cette année. Sur un objectif de 10 000 \$, ils ont amassé plus de 16 800 \$.



**“ Quand j’ai annoncé à mes enfants que je relevais le défi, j’ai vu la fierté illuminer leur visage.**

Le défi du Chemin des Sanctuaires m’est apparu comme un cadeau que je pouvais me faire, après avoir dû composer avec la maladie à deux reprises, coup sur coup, ces dernières années : d’abord celle de mon conjoint, atteint d’Alzheimer, puis mon diagnostic de cancer. C’était le Chemin ou une autre série de traitements qui ne pourraient pas, de toute façon, me guérir. Alors je me suis inscrite.

Le parcours a été ponctué de mille bonheurs. Sur les 14 personnes que comptait notre groupe, j’étais la doyenne. La plus jeune avait 20 ans. Je fermais la

marche, mais chacun venait tour à tour faire son bout de chemin près de moi. Ça chantait dans mon cœur...

Ce fut un pèlerinage de vie qui m’a menée dans des villages significatifs et à Saint-Roch, la paroisse qui m’a vue grandir, culminant par mon entrée dans la petite chapelle de Sainte-Anne. Ma famille et mes amis m’attendaient tous à l’arrivée. J’étais émue, reconnaissante, si fière d’avoir réussi...

Colette Drouin, 78 ans  
Meilleure participante au défi 2019 - 2 600 \$ amassés

”

# Sexualité et cancer : la Fondation brise les tabous



Comment parler de mon diagnostic de cancer avec mon ou ma partenaire? Est-ce que je peux avoir des rapports sexuels pendant mes traitements? Quels sont leurs effets sur l'érection? L'activité sexuelle peut-elle aggraver mon cancer ou favoriser une récurrence?

Autant de questions encore taboues, que les jeunes adultes atteints de cancer gardent trop souvent en eux. Pour les aider à trouver des réponses, la Fondation a développé un nouveau contenu « Sexualité et cancer » sur le portail du Programme à Félix, destiné aux 15-39 ans. Proposé sous la forme de questions-réponses, et aussi très riche en références, il a reçu les éloges d'Hélène Deslauriers, la maman de Félix.

Découvrez ou partagez ce contenu fait sur-mesure par l'équipe d'Info-cancer, en collaboration avec des jeunes touchés par la maladie → [www.cancer15-39.com/patient/sexualite-et-cancer](http://www.cancer15-39.com/patient/sexualite-et-cancer)

## Des défoulements à la grandeur du Québec

Connaissez-vous le Grand défoulement? C'est un vaste mouvement de solidarité à l'échelle provinciale visant à mobiliser les petits et grands autour de la cause du cancer.

Le Grand défoulement comporte 3 volets :



### La marche

Un parcours animé de 2 à 5 km est offert dans plusieurs régions. Les participants se font commanditer par leurs famille et amis et versent l'argent recueilli à la Fondation pour aider les personnes touchées par le cancer.



### Dans les écoles

Les directeurs, enseignants et élèves organisent une journée festive. En échange d'un petit don, ils revêtent des habits colorés et s'éclatent lors d'activités sportives ou artistiques. Leurs proches les encouragent et appuient aussi la cause.



### À ma façon

Les participants organisent le défoulement de leur choix, se fixent un objectif de collecte de fonds au profit de la Fondation, puis mobilisent leurs parents, amis et collègues pour l'atteindre.

## L'école des Trois-Soleils de Laval récolte plus de 6 200 \$ lors de son premier Grand défoulement

“ J'ai quelques amies qui ont été atteintes d'un cancer du sein. L'une d'entre elles est décédée. Une autre va mieux aujourd'hui malgré les complications liées aux chirurgies. Une troisième vient tout juste d'apprendre son terrible diagnostic. C'est à la suite de cette dernière annonce que j'ai voulu organiser un Grand défoulement. Je voulais faire ma part pour lui insuffler du courage et de la force. Comme elle habite tout près de l'école, je me suis dit qu'elle pourrait y assister.

Après avoir obtenu l'autorisation du directeur (j'étais si convaincante qu'il a dit oui tout de suite!), j'en ai parlé aux élèves de ma classe de 3<sup>e</sup> année. Ils m'ont aidée dans les préparatifs et ont été très heureux de s'habiller de façon colorée le jour de la course. C'était une grande fête! Et la participation bénévole et financière des parents de l'école a été formidable! ”

Mélanie Laforest, enseignante



# La Fondation québécoise du cancer, c'est aussi...

**18 325**  
nuitées dans nos 4 centres d'hébergement

**3 451**  
personnes hébergées dans nos 4 centres d'hébergement

**15 235**  
visiteurs sur notre portail cancer15-39.com



**6 302**  
participations à nos activités et thérapies complémentaires comme la massothérapie, la kinésiologie et l'art-thérapie

**3 621**  
interventions via la Ligne Info-cancer

**139 441**  
visiteurs sur le site cancerquebec.com

**31 825**  
donateurs, dont près de 2 700 contribuent mensuellement

## NOUVEAU! Le Grand renfort

Quand les forces manquent, il y a la Fondation et ses renforts. Discrets mais bien présents. Généreux mais humbles. Une force tranquille sur laquelle on peut compter en cas de coups durs.

**Apprenez-en plus sur le coupon ci-joint!**

### LE SAVIEZ-VOUS?

**Nos kinésologues** détiennent tous une formation universitaire en kinésiologie.

**Nos art-thérapeutes** ont toutes une formation en soutien psychosocial, et certaines sont psychologues.

**Nos massothérapeutes** sont agréés par la Fédération québécoise des massothérapeutes et sont spécialisés en oncologie.



## Répondez à l'urgence masso-oncologie

**Votre don à la Fondation apporte des bienfaits bien concrets.**

Comme offrir des séances de massothérapie aux personnes atteintes de cancer sur leurs lieux de traitements, au moment même où elles ont le plus besoin de ce contact humain réconfortant. Nous avons lancé un appel d'urgence au cours de l'été afin de recueillir 100 000 \$ pour répondre aux demandes dans 20 nouveaux centres hospitaliers à la grandeur du Québec. Notre objectif n'est pas atteint et vous pouvez encore contribuer. Merci pour votre aide!

En se défoulant tous ensemble on fait du bien autour de nous.



*La marche!*

lamarchegd.ca

- ▶ 7 septembre : Québec
- ▶ 14 septembre : Montréal
- ▶ 15 septembre : Rouyn-Noranda Trois-Rivières
- ▶ 21 septembre : Gatineau
- ▶ 22 septembre : Rimouski
- ▶ 28 septembre : Granby
- ▶ 5 octobre : Laval

Siège social : 2075, rue de Champlain, Montréal (Québec) H2L 2T1  
Téléphone : 514 527-2194 | Sans frais : 1 877 336-4443  
Courriel : cancerquebec.mtl@faq.qc.ca

Suivez-nous :



cancerquebec.com