

Calendrier

2013

**CANCER DE
LA PROSTATE**

edpovr

LE CANCER DE LA PROSTATE & SON DIAGNOSTIC

« Les hommes ayant reçu un diagnostic de cancer de la prostate ont 97% de probabilité de vivre encore cinq années ou plus par rapport à leurs homologues dans la population générale. »

Le cancer de la prostate est un cancer touchant près d'un homme sur sept, le diagnostic survenant la plupart du temps vers l'âge de 60 ans. Chez les hommes, il est la 1^{ère} cause de cancer et le cancer le plus meurtrier après celui du poumon et du côlon/rectum, mais grâce au dépistage et aux nouveaux traitements, la mortalité est cependant à la baisse depuis les 20 dernières années.



L'APS ou PSA : une donnée complexe !

L'antigène prostatique spécifique «APS» (PSA en anglais) est une glycoprotéine produite par les cellules normales de la prostate. L'Association canadienne d'urologie estime que le toucher rectal et les dosages de l'APS favorisent une détection précoce des cancers de la prostate.

Le dosage de l'APS se fait à partir d'une simple prise de sang. Compte tenu du fait que les résultats peuvent varier d'un laboratoire à l'autre, il est important que vos tests d'APS soient toujours effectués au même endroit.

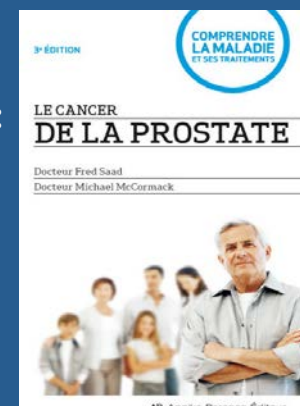
Attention : Un taux d'APS plus élevé que la normale ne signifie pas nécessairement qu'il y a présence de cancer. L'APS est spécifique à la prostate et non au cancer. Son taux, pour diverses raisons, peut augmenter en l'absence de cancer. Votre médecin est la meilleure personne pour vous conseiller à ce sujet.

Certes l'APS, en soi, est une donnée complexe. Il n'en reste pas moins que, grâce à la découverte et la mise en pratique de ce test, de plus en plus de cancers de la prostate sont détectés avant même que l'on se doute de leur présence. Conséquemment, la maladie peut être traitée plus tôt et les chances de guérison sont ainsi meilleures.

Pour de plus amples renseignements :

« Le cancer de la prostate : comprendre la maladie et ses traitements »

Référence intéressante qui touche plusieurs aspects de cette maladie.



Les Mercredis

**Cravates
en ski**



Quand : 9 janvier au
20 février 2013

Où : Mont Sutton

Au programme :

(pour les hommes)

- Billet à 25\$

- 5\$ par cours de ski

sera remis à la

Fondation

canadienne de

recherche sur le

cancer de la

prostate;

- Après-ski *au Bar*

Le Tucker avec des

prix de présence

pour les hommes.

Organisé par :

Le Mont Sutton

Pour plus

d'informations :

montsutton.com

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		1	2	3	4	5
		Jour de l'An				
6	7	8	9	10	11	12
Épiphanie			Cravates en ski			
13	14	15	16	17	18	19
			Cravates en ski			
20	21	22	23	24	25	26
			Cravates en ski			
27	28	29	30	31		
			Cravates en ski			

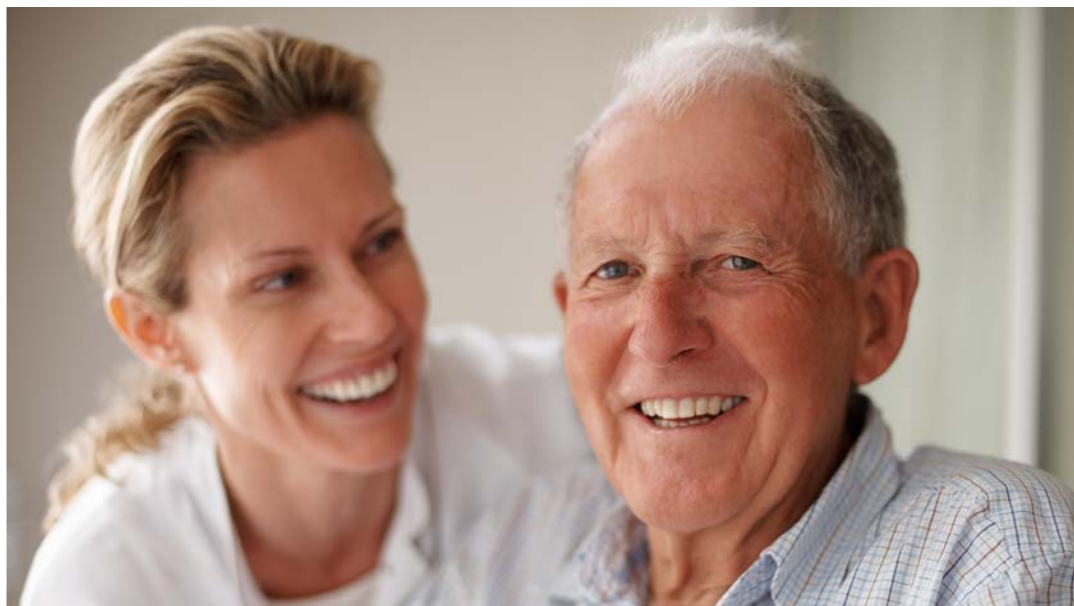
JANVIER

VAINCRE LE STRESS

Suite au diagnostic du cancer, certains individus deviennent tellement anxieux qu'ils oublient de jouir de la vie.

Le stress, s'il est ignoré, peut finir par vous affecter mentalement, physiquement et même socialement.

Voici quelques trucs qui aident à gérer l'anxiété.



Bien s'alimenter

Une saine alimentation contribue à diminuer le stress. Le café, l'alcool et les boissons énergisantes sont à éviter lors de période d'anxiété.

Agissez sur ce que vous pouvez

Il y a parfois des éléments sur lesquels on n'y peut rien. L'important c'est alors d'agir sur les éléments que l'on peut contrôler. Ce sont de petits détails qui font la différence.

Prenez des notes

Prenez quelques minutes et écrivez les situations qui vous rendent anxieux. Ensuite, décrivez comment vous vous êtes senti physiquement et émotionnellement. Finalement, écrivez ce que vous pourriez améliorer. Ces notes sont très utiles pour gérer votre stress. Vous trouverez, à la fin de ce calendrier une section pour écrire vos notes.

Faites de l'exercice physique

Tous les professionnels de la santé s'entendent pour dire que l'activité physique est essentielle dans le maintien d'une bonne hygiène de vie. Lorsqu'on pratique régulièrement des activités physiques suivies d'exercices d'étirements, on peut réduire la tension dans les muscles causée par le stress.

Respirez

Lorsqu'on est stressé, notre respiration devient plus rapide. Prendre le temps de bien respirer profondément en utilisant l'abdomen peut être très bénéfique pour se calmer.

**Concert
contre le
cancer**

Quand : 15 février

Où : Maison
symphonique de
Montréal

Au programme :

L'orchestre
Métropolitain dirigé
par le chef Giuseppe
Pietraroia et la diva
Marie-Josée Lord

Organisé par :
Institut du cancer
de Montréal

Pour plus
d'informations :
[www.concertcontrel
ecancer.com](http://www.concertcontrel
ecancer.com)

Pour acheter vos
billets, contactez
Mme Maral
Terkasian
514-890-8213
poste 1

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
	Journée mondiale contre le cancer		Cravates en ski			
10	11	12	13	14	15	16
			Cravates en ski	Saint-Valentin	Concert contre le cancer	
17	18	19	20	21	22	23
			Cravates en ski			
24	25	26	27	28		

FÉVRIER



La fondation Virage a pour mission d'offrir des services, des ressources et des activités et de développer des programmes d'aide destinés aux personnes atteintes du cancer et à leurs proches afin de les accompagner et de les soutenir tout au long de la maladie.

En plein cœur du CHUM...

Un lieu où vous trouverez :

- Des bénévoles attentionnés
- Une bibliothèque de livres et DVD
- Des activités diversifiées
 - ✓ Yoga
 - ✓ Art et Expression
 - ✓ Massothérapie à 10\$/h
 - ✓ Rencontres d'aide et de partage



Ateliers de discussion sur le cancer de la prostate

Tous les 2^e lundi du mois
Pavillon Mailloux, K-1253-11
17 h – 18 h
Réservation : (514) 890-8000
poste 24619



Groupe de soutien du cancer de la prostate du CHUM

Mission : Apporter un support moral aux personnes atteintes du cancer de la prostate et à leurs proches.

- **Soutien téléphonique :** 514-890-8000, poste 24619
Boîte vocale accessible 24h sur 24h, 7 jours par semaine.
Un bénévole retourne tous les appels dans l'ordre de leur réception.
- **Soutien personnalisé :** des bénévoles ayant vécu cette expérience se rendent sur place, en uro-oncologie et radio-oncologie, pour accompagner les patients en cours de traitement.
- **Atelier mensuel de discussion en présence d'un médecin spécialiste, conférences.** Pour informations et/ou réservation : 514-890-8000, poste 24619



Société
canadienne
du cancer

Vente de jonquilles à travers le Québec

Quand : 21 au 24
mars 2013

Où : Partout au
Québec

Tarifs : 3 fleurs/5\$
10 fleurs/10\$

Au programme :
Célébrez l'arrivée
du printemps et
semez l'espoir en
achetant un
bouquet de
jonquilles.

Organisée par : La
Société canadienne
du Cancer depuis
plus de 50 ans.

Pour plus
d'informations :

www.cancer.ca/Quebec.aspx?sc_lang=FR-CA

Devenez bénévole
en vous inscrivant
par téléphone au :
1-888-939-3333

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
	Semaine de sensibilisation des pharmaciens					
10	11	12	13	14	15	16
Heure avancée de l'Est	Conférence du Dr Saad					
17	18	19	20	21	22	23
Saint-Patrick			Printemps			
24	25	26	27	28	29	30
					Vendredi Saint	Pâques 31

MARS

LA FONDATION QUÉBÉCOISE DU CANCER



Fondation
québécoise
du cancer

Du soutien au quotidien



Depuis près de 35 ans, la Fondation québécoise du cancer soutient au quotidien les Québécois atteints de cancer et leurs proches en offrant des milieux de vie et des services qui favorisent leur bien-être.

5 Centres régionaux à Montréal, à Québec, en Estrie, en Outaouais et en Mauricie.



HÉBERGEMENT

Un chez-soi à proximité de son lieu de traitement

Le réseau de quatre Hôtelleries de la Fondation, le plus important au Québec, accueille à prix modique, avec chaleur et compassion, les personnes atteintes de cancer et leurs proches. Les résidents y trouvent un milieu de vie apaisant, positif et réconfortant.

INFORMATION

Au bout du fil, des réponses et du soutien

Offerts gratuitement, les services Info-cancer permettent à une personne atteinte ou à l'un de ses proches de recevoir de l'information et du réconfort, partout au Québec.

- **Ligne Info-cancer** : personnel infirmier à l'écoute
- **Bibliothèque Info-cancer** : prêt de documents
- **Accompagnement téléphonique** : échange avec une personne au vécu similaire



ACCOMPAGNEMENT

Échanger, se détendre et se ressourcer

Pionnière dans la prestation de thérapies complémentaires aux soins médicaux, la Fondation offre dans ses Centres régionaux et Hôtelleries, gratuitement ou à peu de frais, des services d'accompagnement pour adoucir le quotidien avec la maladie.

- **Massothérapie**
- **Kinésiologie (activité physique adaptée)**
- **Art-thérapie**
- **Groupes d'entraide, etc.**



5^e Conférence Nationale pour vaincre le cancer

Où : Montréal Hôtel Hilton rue Bonaventure

Tarifs :
Avant le 29 mars : 57,49\$
Après le 29 mars : 77,67\$

Au programme :
Table ronde, prix, témoignages, conférences et autres.

Organisée par :
Coalition Priorité Cancer au Québec

Pour plus d'informations :
coalitioncancer.com

Inscrivez-vous en téléphonant au :
1-888-726-8302
514-868-2009

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	1	2	3	4	5	6
	Poisson d'avril					
7	8	9	10	11	12	13
Journée mondiale de la santé				Conférence pour vaincre le cancer	Conférence pour vaincre le cancer	
14	15	16	17	18	19	20
				Bal de la jonquille		
21	22	23	24	25	26	27
	Jour de la Terre					
28	29	30				

Le bal de la jonquille
Pour plus d'informations :
<http://www.baldelajonquille.ca/fr>

AVRIL

Mois de la sensibilisation au cancer



LES TRAITEMENTS

Lorsque le cancer de la prostate est localisé, les options de traitements sont l'attente de la surveillance active, la prostatectomie radicale et la radiothérapie.

PROSTATECTOMIE RADICALE

La prostatectomie radicale est une chirurgie qui consiste à enlever complètement la prostate et les vésicules séminales. Elle nécessite une hospitalisation de 2 à 5 jours et une convalescence de 3 à 6 semaines. Le niveau d'APS devrait diminuer à des niveaux indétectables suite à la chirurgie.

L'ATTENTE SOUS SURVEILLANCE ACTIVE

L'attente sous surveillance active n'est pas un traitement car elle consiste à suivre de près le cancer de la prostate évolue lentement. L'attente sous surveillance active consiste à suivre de près toute manifestation d'évolution possible du cancer en effectuant régulièrement des tests d'APS, des touchers rectaux ainsi que des biopsies au besoin. Le médecin suggère cette option si le cancer est localisé, s'il ne cause pas de symptômes et si la progression attendue est lente.

RADIOTHÉRAPIE

La radiothérapie utilise des rayons ionisants (radioactifs) afin d'empêcher la division et la croissance des cellules cancéreuses. Elle peut être réalisée par le bombardement de la prostate par une source externe (radiothérapie externe) ou par l'insertion temporaire ou permanente d'éléments radioactifs dans la prostate (brachythérapie). Le taux d'APS devrait commencer à diminuer dans les mois suivant le début du traitement.





Quand : Mai et Juin

Où : Partout au Québec

Au programme : Une course de nuit amicale et inspirante pour recueillir des fonds, célébrer la vie et lutter contre le cancer.

Organisé par : La Société canadienne du Cancer

Pour plus d'informations ou pour participer : www.convio.cancer.ca

Golf contre le Cancer

Informations au : golfcontrelcancer.com

Cocktail dinatoire

Informations au : http://www.viragecancer.org/cadres/financement/financement_page/financement_page1.html

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
			Journée Mondiale de la Croix-Rouge			
12	13	14	15	16	17	18
Fête des Mères Journée canadienne de la Santé		Cocktail dinatoire pour la Fondation Virage	Golf contre le Cancer			
19	20	21	22	23	24	25
	Fête des Patriotes					
26	27	28	29	30	31	
					Journée mondiale sans tabac	

MAI

SENSIBILISATION

Depuis 10 ans, PROCURE organise des activités à travers le Québec afin d'amasser des fonds et de promouvoir le dépistage précoce du cancer de la prostate.

Restez à l'affût de ces activités tout au long de l'année!

INFORMATION & SOUTIEN

WWW.PROCURE.CA regroupe de l'information riche au sujet de la maladie et vous guidera afin d'obtenir les ressources et le soutien dont vous avez besoin.

Trouvez ce que VOUS recherchez !

RECHERCHE

PROCURE travaille de concert avec 4 centres hospitaliers afin de mettre sur pied une base de données et échantillons biologiques fournis par les volontaires atteints du cancer de la prostate afin de faire avancer la recherche.

Renseignez-vous sur la Biobanque!



janssen
PRÉSENTE

15 ET 16 JUIN 2013

4^e ÉDITION

 **LE TOUR
DU COURAGE
PROCURE**

www.tourducourage.com



Pour plus d'informations, consultez le www.procure.ca ou téléphonez au 1-866-899-CURE

PROCURE

Halte au cancer de la prostate

Tour du courage

Où :

15 juin : Centre de

Ski Morin Heights

16 juin : Circuit
Gilles-Villeneuve

Au programme : Un

évènement cycliste

en 3 étapes pour

célébrer la vie et

lutez contre le

cancer de la

prostate!

Organisé par :

Procure

Pour s'inscrire ou

pour plus

d'informations

rendez-vous au :

[www.tourducourage](http://www.tourducourage.com)

.com

Ou téléphonez au :

1-866-899-CURE

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
						1
2	3	4	5	6	7	8
Journée nationale des survivants de cancer						
9	10	11	12	13	14	15
						Tour du courage
16	17	18	19	20	21	22
Tour du courage Fête des Pères					Été	
23	24	25	26	27	28	29
	Fête nationale du Québec					30

JUIN



LES TRAITEMENTS

Lorsque le cancer est plus avancé, une association de traitements, à laquelle peut s'ajouter l'hormonothérapie et la chimiothérapie, peut être utilisée.



CHIMIOTHÉRAPIE

La chimiothérapie utilise des médicaments qui détruisent les cellules cancéreuses. Les médicaments affectent aussi les cellules saines, mais celles-ci peuvent se régénérer, contrairement aux cellules cancéreuses. Il s'agit d'un traitement normalement utilisé pour les cancers de la prostate récurrents ou ne répondant pas à l'hormonothérapie.



HORMONOTHÉRAPIE

L'hormonothérapie vise à diminuer la quantité de testostérone circulant dans l'organisme ou à empêcher la stimulation des cellules cancéreuses par la testostérone. Cette baisse de testostérone ralentit la croissance des cellules cancéreuses de la prostate.

L'hormonothérapie est utilisée en association avec d'autres traitements tels la radiothérapie ou la prostatectomie radicale, puisque seule, elle ne guérit pas le cancer.



**Cyclo-Défi
Enbridge contre le
cancer**

Quand : 6-7 juillet
2013

Au programme :
Parcourir 200km à
vélo et poser un
geste héroïque
contre le cancer.
Les fonds aident à
financer la
recherche et les
soins contre le
cancer.

Organisé par : Le
centre du cancer
Ségal de l'Hôpital
général juif.

Pour plus
d'informations ou
pour participer :
cyclodefiquebec.com
1-866-996-VÉLO

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	1	2	3	4	5	6
	Fête du Canada					Cyclo-défi Enbridge
7	8	9	10	11	12	13
Cyclo-défi Enbridge						
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

JUILLET

LA SEXUALITÉ

« *Le cancer nous amène à redéfinir notre sexualité et à lui découvrir de nouvelles dimensions.* »

- Diane

Conseil

Parlez ouvertement à votre partenaire de ce que vous vivez. Bien que ce soit un sujet souvent difficile à aborder, la communication est la clef du succès !



Tous les types de traitements du cancer de la prostate peuvent entraîner des problèmes sexuels. Voici les principaux problèmes sexuels rencontrés:

Dysfonction érectile: Impossibilité fréquente d'obtenir une érection valable, c'est-à-dire de ne pas pouvoir maintenir une rigidité pénienne suffisante pour l'accomplissement de l'acte sexuel.

Diminution de la libido: diminution du niveau de l'hormone responsable de la libido, la testostérone, dans le sang.

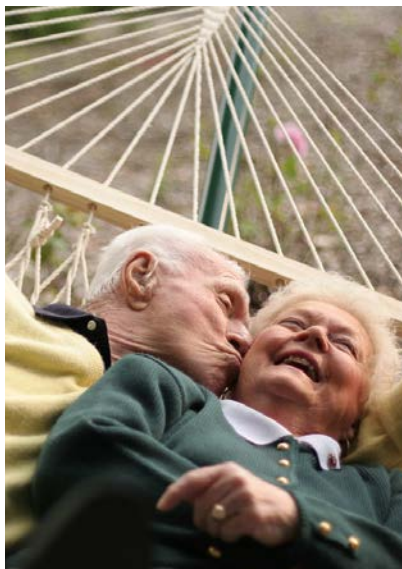
Infertilité: diminution de la qualité et de la quantité de sperme.

Autres: Douleurs lors de l'éjaculation, orgasmes secs (sans sperme), pertes d'urine pendant l'orgasme.



Le cancer lui-même ainsi que ses répercussions physiques et psychologiques peuvent également influencer votre sexualité.

Fatigue, douleur, stress, changements corporels internes et externes, réduction d'hormones, etc.



Pour plus d'informations, consultez la brochure:

« Sexualité et cancer », publiée par la Société canadienne du cancer. Il s'agit d'une excellente brochure destinée aux personnes atteintes de cancer, ainsi que leur partenaire, peu importe l'orientation sexuelle. Disponible sur le site: www.cancer.ca



Sexualité et cancer



Le cancer : une lutte à finir
1 888 939-3333 | cancer.ca



**Le classique de
golf Ghislaine
Ritchie
(Initiative
communautaire)**

Où :
Club de golf
Lachute, 355 rue
Béthany, Lachute

Au programme :
Tournoi de golf,
souper et prix de
présence.

Les fonds recueillis
vont à la Fondation
québécoise du
cancer.

Pour plus
d'informations ou
pour vous procurer
votre billet :
www.fqc.qc.ca
1-877-336-4443

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
						Tournoi de golf
25	26	27	28	29	30	31

AOÛT



EFFETS SECONDAIRES DES TRAITEMENTS

PERTE INVOLONTAIRE D'URINE

La plupart des traitements peuvent causer ce problème. Selon le type d'intervention et de l'atteinte du système urinaire, cette situation peut être permanente ou peut s'atténuer avec le temps. Des moyens sont disponibles pour aider au contrôle urinaire, dont les exercices de Kegel, qui renforcent les muscles pelviens, et parfois la chirurgie. En attendant que ces mesures soient pleinement efficaces, les sous-vêtements protecteurs, les pinces et les sondes condoms peuvent être utiles pour la gestion des pertes urinaires.

Pour plus de détails, parlez-en à votre professionnel de la santé!

FATIGUE

La fatigue peut être causée par le cancer lui-même ainsi que par les traitements, notamment l'hormonothérapie. En effet, en diminuant le taux de testostérone, il est probable que l'homme ressente plus de fatigue qu'à l'habitude. D'autres éléments entourant la maladie peuvent aussi aggraver le problème, soit la dépression, l'anxiété, une mauvaise nutrition, des douleurs chroniques, la perturbation du sommeil, le manque d'exercice et les médicaments. En agissant sur ceux-ci, il est possible de réduire l'intensité de la fatigue.

Conseil pour la fatigue

Pratiquer une activité physique d'intensité légère à modérée (ex. prendre une marche) tous les jours est l'une des meilleures façons de combattre la fatigue.

PROBLÈMES GASTRO-INTESTINAUX

La radiothérapie et la chimiothérapie sont des traitements particulièrement à risque de causer des problèmes intestinaux. Parmi ceux-ci, on retrouve des nausées, de la diarrhée, des crampes, des pertes involontaires de selles ou encore du sang dans vos selles. Ces problèmes s'améliorent souvent avec le temps, mais s'ils persistent, ils pourraient être soulagés par des médicaments, l'alimentation et, plus rarement, par la chirurgie.





Compostelle en Tandem

Quand : du 7 au 18 septembre 2013

Où : le chemin de Compostelle en France

Au programme :
Vivez une expérience physique, émotionnelle et spirituelle tout en amassant des fonds pour les personnes atteintes du cancer.

Organisé par : La Fondation québécoise du cancer.

Pour plus d'informations :
www.fqc.qc.ca
1-800-363-0063

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1	2	3	4	5	6	7
	Fête du Travail					Compostelle en Tandem
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
					Casino contre le cancer	
22	23	24	25	26	27	28
Automne						
29	30					

Casino contre le cancer
Pour plus d'informations :
<http://casinocontrelcancer.com>

SEPTEMBRE

Mois de la sensibilisation à la santé au cancer chez les hommes



ENSEIGNEMENT

Cancer de la Prostate Canada donne aux hommes et à leur famille de l'information et des outils pour faire face au cancer de la prostate. Le site web contient beaucoup d'information sur le cancer de la prostate, du dépistage au traitement, jusqu'à la gestion des effets secondaires. Renseignez-vous au: prostatecancer.ca



SOUTIEN

Réseau de Cancer de la Prostate Canada

Le réseau regroupe des groupes de soutien indépendants locaux. Les groupes tiennent des réunions mensuelles, font des visites individuelles dans les hôpitaux, publient des bulletins et organisent des séances de sensibilisation. Les groupes locaux entretiennent d'excellentes relations avec les professionnels de la santé : ceux-ci donnent gratuitement de leur temps et présentent des séances d'information pertinentes pour contribuer à l'éducation et à la consultation.

Soutien aux survivants

Les Services de soutien aux survivants du cancer de la prostate de CPC vous offrent de l'information, des ressources et de l'aide, à vous et à votre cercle de soins et de soutien. Ce soutien est axé sur les préoccupations d'ordre physique, psychosocial, social/familial, mental, fonctionnel, spirituel, émotionnel et pratique de la vie quotidienne.

Cancer de la Prostate Canada souhaite vous venir en aide, depuis le diagnostic jusqu'aux traitements et au rétablissement.

RECHERCHE

Cancer de la prostate Canada finance plusieurs projets de recherche à travers le pays. Cette fondation appuie la recherche sur la prévention, la détection, le traitement et la guérison de la maladie afin de tenter, peu à peu, de vaincre cette maladie.



Cancer de la Prostate Canada travaille pour vous et pour les générations futures...

www.prostatecancer.ca

Organisez une activité communautaire !

Tous les ans, des bénévoles appuient Cancer de la Prostate Canada en organisant des activités bénéfiques qui peuvent prendre la forme de tournois de golf, d'activités sportives, de galas, etc. Organisez à votre tour une activité-bénéfice de votre choix.

Pour plus d'informations :

Par téléphone :
1-888-255-0333

Par courriel :
events@prostatecancer.ca

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
	Action de Grâces					
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		
				Halloween		

OCTOBRE

MOVEMBER

La santé des hommes, c'est moustachement important!



À chaque année, au mois de novembre, Movember encourage les hommes à amasser des fonds en se laissant pousser la moustache. Ces fonds servent à promouvoir la santé masculine, plus spécifiquement en sensibilisant les hommes au cancer de la prostate.



INFLUENCER LES CHANGEMENTS EN SANTÉ MASCULINE

Movember finance la recherche qui aide à concevoir une politique de la santé et à appliquer les connaissances qui favorisent une meilleure santé chez les hommes.

SANTÉ MENTALE

Le cancer de la prostate est un problème dont les hommes ne parlent généralement pas; il en va de même aussi pour la santé mentale. Grâce au pouvoir de la moustache, l'organisme espère atténuer les préjugés, accroître la sensibilisation, améliorer les traitements et mieux faire comprendre cette cause.

RECHERCHE SUR LE CANCER DE LA PROSTATE

Movember encourage les projets de recherche novateurs ciblés et les capacités habilitantes clés pour que de meilleurs tests cliniques et de meilleurs traitements qui réduiront le fardeau du cancer de la prostate puissent voir le jour.

SENSIBILISATION ET ÉDUCATION

Par sa campagne annuelle et ses programmes qu'il finance, Movember vise à mieux comprendre les risques de santé que courent les hommes afin de les encourager à agir à partir de ces connaissances.

SURVIE

Movember appuie les initiatives propres à la survie qui renseignent les hommes atteints du cancer de la prostate et leur famille et leur viennent en aide pour qu'ils puissent prendre des décisions éclairées et améliorer leur qualité de vie.





Movember

Où : Canada

Quand : Tout le mois de novembre

Au programme : Les hommes s'engagent à se laisser pousser la moustache pendant 30 jours pour sensibiliser le public à la santé masculine et recueillir des dons. Plusieurs activités sont prévues durant tout le mois. Surveillez les dates sur leur site internet !

Organisé par : Movember

Pour plus d'informations ou pour vous inscrire rendez-vous au : ca.movember.com

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
					1	2
					Toussaint	
3	4	5	6	7	8	9
Heure normale de l'Est						
10	11	12	13	14	15	16
	Jour du Souvenir					
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

NOVEMBRE

UNE FOIS LE TRAITEMENT TERMINÉ...



Témoignage

« Suite au diagnostic d'un cancer, la prise en charge médicale est si bien implantée qu'elle nous embrigade dès les premiers instants et oblige à regarder droit devant. Durant la durée des traitements, étant constamment entouré par un personnel enthousiaste et attentionné, il n'y a aucune place pour l'apitoiement. Toute cette attention ne nous empêche pas de savourer l'annonce de notre congé de l'hôpital ou de la fin des traitements. On a été si bien encadré médicalement et humainement que l'on croit que cela va se perpétuer une fois hors les murs. SURPRISE! Dès notre sortie, c'est le néant. On se sent littéralement abandonné. Certes, on est heureux de retrouver notre entourage, mais celui-ci ne peut nous procurer le sentiment de sécurité dans lequel nous nous sommes laissés envelopper. »



« À la maison, la vie d'avant reprend son cours. Les obligations de rendement au travail sont toujours aussi élevées et, mine de rien, on se les impose. Malgré toutes nos bonnes intentions, on ne change pas tant que ça. On réalise rapidement que notre résistance physique et/ou psychologique est loin d'être la même. Il faut la reconstruire, à petits pas, pour assurer notre "survie". »

- Un survivant du cancer de la prostate

« Un premier geste à poser consiste à contacter notre médecin de famille pour qu'il puisse assurer le suivi de notre condition. Par ce geste, qui peut sembler anodin, on démontre à notre entourage qu'on a décidé de se prendre en main.

Il ne faut pas perdre de vue que notre famille a également subi un choc brutal. Elle n'en a pas glissé mot, étant trop occupée à nous rassurer. C'est à notre tour de lui témoigner notre amour, par notre désir de vivre. On n'a pas le droit d'être moins courageux envers elle qu'elle ne l'a été envers nous. Se prendre en main, c'est prendre tous les moyens utiles pour revitaliser notre système immunitaire, notre forme physique et aller chercher du support quand on en sent le besoin. Se prendre en main, c'est s'aimer pour être mieux aimé. »



ON SE PREND EN MAIN !

Groupes de soutien

Il existe plusieurs groupes de soutien dont la mission primaire est d'apporter un support moral aux personnes atteintes de cancer et à leurs proches.

Pour plus d'informations ou pour trouver un groupe de soutien près de chez vous veuillez consulter le Recueil des organismes de soutien disponible au bureau de Virage et sur le site internet de Procure www.procure.ca.

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
						Hiver
22	23	24	25	26	27	28
			Noël			
29	30	31				

DÉCEMBRE

AIDE-MÉMOIRE : QUESTIONS À POSER À MON PROFESSIONNEL DE LA SANTÉ

*Le diagnostic d'un cancer vient avec une foule de questions qui parfois surviennent à des moments inopportuns.
Prenez-les en note dès que vous le pouvez.*

DATE	QUESTIONS À POSER	RÉPONSES OBTENUES

UN ENORME MERCI !



Ce calendrier a été réalisé par 12 étudiants en pharmacie de l'Université de Montréal afin de permettre aux hommes atteints du cancer de la prostate et à leurs proches d'avoir une meilleure idée des ressources disponibles. Nous espérons que ce calendrier vous sera utile !

De gauche à droite : Amélie Robert, Gabrielle Marcoux, Fembe Tutuncu, Louis-Philippe Coutu-Nadeau, Karina Savoye, Sophie Lachapelle, Jérémy Gagnon, Stéphanie Roberge, Bianca Dery-Neveu, Noémie Maynard, Anik Dubois et Ka Fu Kwok

Nous tenons à remercier sincèrement tous nos partenaires qui nous ont permis de mener à terme ce projet. Nous remercions la Faculté de Pharmacie de l'Université de Montréal pour son appui tout au long du projet.

Nos Partenaires: Virage, Fondation québécoise du Cancer, Cancer de la Prostate Canada, Movember et Procuere.

Merci également au Dr. Fred Saad et à Mme Sylvie Dagenais pour la révision de l'information scientifique.

Un merci tout spécial à la fondation Virage et au groupe de soutien du cancer de la prostate n'aurait pas été possible.

Le 1er novembre
 Le 1er novembre est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 15 novembre
 Le 15 novembre est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 22 novembre
 Le 22 novembre est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 1er décembre
 Le 1er décembre est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 15 décembre
 Le 15 décembre est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 22 décembre
 Le 22 décembre est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 1er janvier
 Le 1er janvier est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 15 janvier
 Le 15 janvier est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 22 janvier
 Le 22 janvier est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 1er février
 Le 1er février est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 15 février
 Le 15 février est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 22 février
 Le 22 février est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 1er mars
 Le 1er mars est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 15 mars
 Le 15 mars est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 22 mars
 Le 22 mars est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 1er avril
 Le 1er avril est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 15 avril
 Le 15 avril est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 22 avril
 Le 22 avril est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 1er mai
 Le 1er mai est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 15 mai
 Le 15 mai est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 22 mai
 Le 22 mai est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 1er juin
 Le 1er juin est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 15 juin
 Le 15 juin est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 22 juin
 Le 22 juin est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 1er juillet
 Le 1er juillet est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 15 juillet
 Le 15 juillet est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 22 juillet
 Le 22 juillet est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 1er août
 Le 1er août est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 15 août
 Le 15 août est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 22 août
 Le 22 août est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 1er septembre
 Le 1er septembre est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 15 septembre
 Le 15 septembre est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 22 septembre
 Le 22 septembre est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 1er octobre
 Le 1er octobre est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 15 octobre
 Le 15 octobre est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.

Le 22 octobre
 Le 22 octobre est le jour de la prostate. C'est une journée importante pour les hommes atteints de cancer de la prostate et leurs proches. C'est une journée pour se soutenir, pour partager ses expériences et pour apprendre de nouvelles choses.