

## Le coaching en matière de cancer aide Lisa à trouver un nouvel équilibre travail-vie

Lisa Yull a toujours fait passer ses proches avant elle. En tant que mère célibataire de deux adolescentes, ses filles ont toujours été sa priorité. Cette habitude de vie s'est poursuivie même après avoir reçu un diagnostic du cancer du côlon.

Le diagnostic initial du cancer du côlon est tombé tout juste avant Noël 2010. Les nouvelles ont été difficiles à prendre, mais Lisa voulait être forte pour ses filles. Elle a donc décidé de commencer les traitements après les Fêtes seulement. Lorsque son cancer a récidivé quatre ans plus tard et que l'opération a été fixée pour le 2 décembre, Lisa a préparé tout ce qui touche à la période des Fêtes à l'avance pour que ses filles ne manquent de rien.

Puis, Lisa a tenté de faire passer les autres avant elle lorsqu'elle est retournée au travail pour la GRC. Toutefois, la tâche s'est avérée beaucoup plus difficile que prévu. Un mois après son retour, elle a réalisé que de retourner au travail à temps plein était trop ardu pour elle.

« Tous les effets du cancer ont semblé se manifester ensemble. C'était comme si tout autour de moi s'effondrait en même temps, » dit-elle.

Physiquement, le rétablissement a été difficile, mais les barrières mentales ont été toutes aussi éprouvantes à surmonter. Par chance, Lisa est passée à la Fondation du cancer de la région d'Ottawa. Elle se souvient de l'aide qu'elle y a reçue après son premier diagnostic. Lisa a alors su ce qu'elle devait faire. Elle a fixé un rendez-vous avec un coach en matière de cancer.

« Mon coach m'a mise au défi de chercher à me fixer des objectifs, plutôt que d'en fixer pour tous les autres. Je m'efforce beaucoup à veiller à ce que tout le monde autour de moi se porte bien, et je m'oublie, dit Lisa. Mais si je ne prends pas soin de moi, je ne serai pas en mesure de prendre soin des autres. » Grâce au coaching, Lisa a appris l'importance de ralentir et de s'accorder la priorité.

À la suggestion de son coach, Lisa s'est jointe au programme *Travail et survie au cancer* de la Fondation du cancer, conçu pour aider les clients à naviguer les



défis d'ordre physique et mental posés par le retour au travail après avoir subi un traitement contre le cancer. Lors de ces séances, non seulement elle a reçu du soutien des coachs en matière de cancer, mais elle a également gagné en compréhension grâce à l'expérience d'autres survivants étant retournés au travail.

« J'avais l'habitude de porter un costume professionnel, des talons hauts et des bas de nylon, mais j'en suis maintenant incapable. Lorsque j'en ai fait mention au groupe, une autre femme a dit, *moi aussi!* Et c'est immédiatement que nous avons découvert cette connexion, ce point commun. C'est un peu absurde, mais en fait, ce ne l'est vraiment pas. »

Depuis, Lisa fait une transition plus graduelle vers son milieu de travail, et grâce au soutien de son employeur et de ses collègues, elle le fait comme elle l'entend.

« Les gens avec qui je travaille à la GRC sont fantastiques. Ils prennent toutes les mesures d'adaptation dont j'ai besoin. »

Les programmes de coaching en matière de cancer ne peuvent être offerts par la Fondation du cancer que grâce au soutien des généreux donateurs comme vous. Merci de donner aux clients, comme Lisa, les conseils et les ressources dont ils ont besoin lorsqu'ils font face au cancer.

Lisa adopte maintenant l'attitude selon laquelle aller de l'avant, au travail et dans la vie, ne signifie souvent que de gérer les choses d'un point de vue différent.

« Je lutte, je prospère et je vis bien. Je vis différemment, c'est tout. »

## Constatez la différence que fait le coaching en matière de cancer

*« Le coaching en matière de cancer est un service offert à Ottawa qui aide vraiment les gens dans leur vie quotidienne. »*

**– Lynn, cliente**

Nos coachs aident les clients et leur famille avec ce qui est important pour eux. Que ce soit pour la gestion du stress, des humeurs et des émotions, le soutien des proches aidants, ou l'aiguillage des clients vers les ressources dans notre collectivité, nos coachs en matière de cancer sont là pour écouter et offrir des conseils.

Sans votre appui, le coaching en matière de cancer n'existerait pas dans notre collectivité. Nous réalisons chaque année un sondage auprès des clients afin d'en apprendre sur leur expérience avec le coaching en matière de cancer et dans le but de pouvoir perfectionner nos programmes en fonction des besoins de nos clients. Nous aimerions partager avec vous certains des résultats tirés de notre dernier sondage de rétroaction des clients.



*Bonney Elliott, coach en matière de cancer, passant le mot lors de la Journée mondiale de la lutte contre le cancer, le 4 février 2016*

## Pourriez-vous, ou quelqu'un que vous connaissez pourrait-il bénéficier du coaching en matière de cancer?



Si vous avez reçu un diagnostic de cancer, ou que vous apportez de l'aide à un proche qui fait face au cancer, vous pouvez vous inscrire au coaching en matière de cancer en communiquant avec nous au 613-247-3527, ou par courriel au [info@ottawacancer.ca](mailto:info@ottawacancer.ca).

Le coaching en matière de cancer est offert sans référence médicale et chaque personne a droit à jusqu'à cinq heures de coaching gratuitement, grâce à la générosité des donateurs comme vous.

Apprenez-en davantage sur le coaching en matière de cancer en visitant le [www.ottawacancer.ca/fr/coaching-en-matiere-de-cancer/coaching/](http://www.ottawacancer.ca/fr/coaching-en-matiere-de-cancer/coaching/).

**93 %** conviennent qu'ils sont mieux en mesure de rester le plus en santé possible

**90 %** conviennent qu'ils sont mieux en mesure de s'aider eux-mêmes, qu'ils ont une voix et qu'on les écoute

**87 %** conviennent que leur qualité de vie s'est accrue

**86 %** conviennent qu'ils sont mieux en mesure de faire face au cancer

(Source : Sondage de rétroaction des clients du coaching en matière de cancer, août 2015)

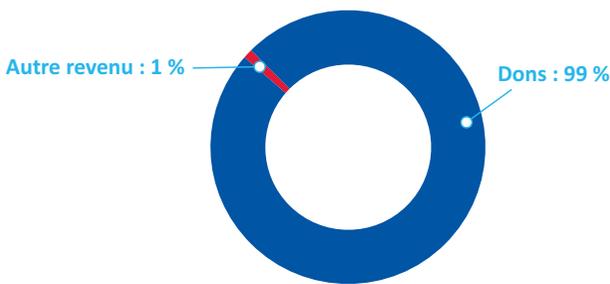
*« Aller à la Fondation du cancer de la région d'Ottawa a été d'un grand secours pour moi et pour toute ma famille. »*

**– Beverley, cliente**

### Votre impact sur les soins locaux contre le cancer

La Fondation du cancer de la région d'Ottawa se consacre aux familles touchées par le cancer. De concert avec vous, nous visons à améliorer les soins locaux contre le cancer, à offrir des programmes uniques comme le coaching en matière de cancer aux clients, et à aider à prolonger la vie au moyen de nouveaux traitements novateurs disponibles dans notre collectivité par l'entremise des essais cliniques locaux et de la recherche. Il nous serait impossible de réaliser nos objectifs sans vous. Nous remercions chacun de nos **17 128** donateurs qui, durant l'exercice financier 2014-2015, ont appuyé ces objectifs grâce à des dons totalisant **6 118 437 \$**. Vous donnez de l'espoir aux familles qui font face au cancer dans notre région et avez un impact incroyable.

#### Provenance de notre soutien



#### Le soutien des donateurs est essentiel

Nous dépendons de vous, nos donateurs, pour 99 % des fonds destinés au coaching en matière de cancer, aux essais cliniques locaux et à la recherche, à l'élargissement des services locaux de lutte contre le cancer, ainsi qu'à l'achat d'équipement de pointe. **De plus, chaque dollar que vous donnez demeure dans notre collectivité en vue d'aider les familles de la région touchées par le cancer.**

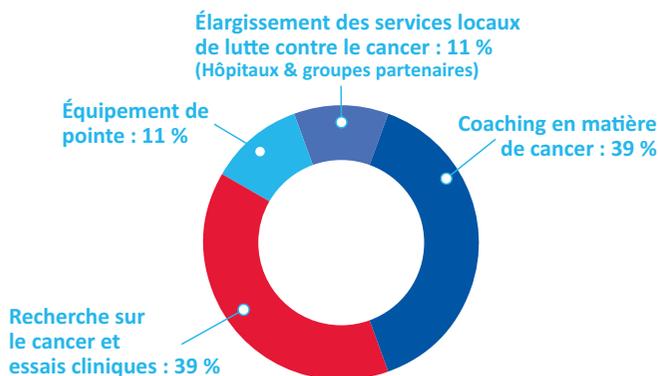
#### Votre argent au travail dans la collectivité

Recherche sur le cancer et essais cliniques : 1 286 760 \$

Coaching en matière de cancer : 1 297 890 \$

Élargissement des services locaux de lutte contre le cancer : (Hôpitaux & groupes partenaires) 383 231 \$

Équipement de pointe : 380 460 \$



**3 348 341 \$ d'IMPACTS** ont été possibles dans la localité grâce à vous

#### Autonomisation d'un plus grand nombre de survivants

|  |   |   |
|--|---|---|
| <b>2 611</b><br>Familles aidées à ce jour grâce au coaching en matière de cancer | <b>446</b><br>Nouveaux clients en 2014-2015 | <b>1 667</b><br>Heures de coaching en matière de cancer |
|--|---|---|

#### Accès accru aux traitements personnalisés

|   |  |  |
|---|--|--|
| <b>2 000</b><br>Patients ayant pu accéder à 200 essais cliniques locaux | <b>40</b><br>Nouveaux essais cliniques lancés chaque année | <b>10</b><br>Subventions accordées à des chercheurs sur le cancer dans la région |
|---|--|--|

#### Intégration et continuité des soins rendus possibles

|   |   |   |
|---|---|---|
| <b>Soutien</b><br>du Centre de cancérologie Famille Irving Greenberg du Queensway Carleton Hospital | <b>Financement continu</b><br>du robot daVinci et du CyberKnife | <b>Soutien des rénovations</b><br>chez Soins continus Bruyère |
|---|---|---|

**Merci!**  
*Votre soutien touche plusieurs vies*



*Dr Hartley Stern,  
président, Campagne  
des champions*

## CAMPAGNE DES **CHAMPIONS** CAMPAIGN

Ayant soigné des patients pendant plus de 30 ans, à mes débuts en tant que chirurgien à L'Hôpital d'Ottawa, puis à titre de président-directeur général du Centre de cancérologie de la Fondation du cancer de la région d'Ottawa, j'ai constaté à quel point le cancer pouvait poser des défis pour les patients, tout comme pour leur famille. Si vous faites partie d'un grand nombre d'entre nous ayant été personnellement touchés par le cancer, vous savez qu'un diagnostic de cancer peut être bouleversant. La peur et l'angoisse peuvent être écrasantes.

Toutefois, les nouvelles sont bonnes. La façon de traiter le cancer et de soigner ceux et celles touchés par la maladie évolue rapidement. Par le biais de la recherche et des essais cliniques,

de nouveaux traitements plus efficaces sont mis au point. De plus, par l'entremise de services uniques comme le coaching en matière de cancer, nous pouvons maintenant répondre aux besoins des personnes touchées par le cancer de façons très personnalisées.

Puisque je crois que la Fondation du cancer est particulièrement bien placée pour assurer des soins contre le cancer dans notre collectivité, je suis honoré de présider la Campagne des champions. La tâche est grande. Nous travaillons pour amasser 20 millions de dollars afin de veiller à ce que, lorsque le cancer frappe près de nous, nos proches aient accès aux meilleurs soins possible.

Grâce à votre aide, la campagne transformera les soins contre le cancer dans notre collectivité.

- Élargissement du coaching en matière de cancer en vue de répondre aux besoins particuliers d'un nombre croissant de patients atteints du cancer, des survivants et de leur famille, afin de les aider à mieux contrôler leur vie et d'améliorer leur qualité de vie.
- Financement des recherches locales visant à dépister le cancer plus rapidement, à le diagnostiquer avec plus de précision, et à comprendre comment cibler, pour les patients, des traitements précis plus fructueux et ayant moins d'effets secondaires.
- Soutien des essais cliniques locaux qui testent de nouvelles thérapies ciblées comme les thérapies par les virus, les thérapies à base de lymphocyte T et les immunothérapies adaptées à des patients particuliers. Ces nouveaux traitements font naître l'espoir et offrent la meilleure des chances de vaincre la maladie.

Toutes ces mesures sont à votre portée et vous jouez un rôle important dans leur réalisation. Vos dons, grands ou petits, appuient ces efforts. Je vous remercie de votre générosité.

Si vous souhaitez jouer un plus grand rôle dans le cadre de la Campagne des champions, je vous invite à contacter John Ouellette au 613.247.3527, poste 227.

## **Aidez à ce que l'année prochaine soit encore meilleure**

Merci d'aider les familles touchées par le cancer dans notre collectivité. Toutefois, puisque le nombre de personnes qui reçoivent un diagnostic de cancer dans notre collectivité atteindra plus de 7 000 l'année prochaine, le besoin de les appuyer croît également.

Vous pouvez aider à veiller à ce que personne n'ait à affronter le cancer seul et à ce que toute personne atteinte du cancer ait accès aux plus récents traitements grâce à votre soutien continu. Vous pouvez vous impliquer de plusieurs façons. Veuillez visiter le [www.ottawacancer.ca](http://www.ottawacancer.ca) pour en apprendre davantage. Si vous avez des questions au sujet de votre don ou de notre travail, veuillez communiquer avec nous par courriel au [info@ottawacancer.ca](mailto:info@ottawacancer.ca) ou par téléphone au 613-247-3527.

## **CONSEIL D'ADMINISTRATION** (en date du 31 mars 2016)

GREGORY SANDERS,  
PRÉSIDENT  
Chef du Groupe du droit fiscal  
au cabinet Perley-Robertson,  
Hill & McDougall

JON DERVIN,  
PRÉSIDENT SORTANT  
Consultant indépendant en  
finance et en gouvernance

MARK FAZIO,  
VICE-PRÉSIDENT  
Premier vice-président,  
Modern Niagara Group Inc.

CORY P. READY,  
VICE-PRÉSIDENT  
Conseiller en placements,  
Ready & Associates pour  
BMO Nesbitt Burns

TIM BEAULIEU, TRÉSORIER  
Vice-président, finances,  
Groupe Maplesoft

BRYAN BELANGER  
Vice-président de la technologie  
de l'information – Amérique du  
Nord & Europe, Club Assist

DEE DAVIDSON  
Présidente,  
Coordination Soins Complets

ROBERT (BOB) DOUCET  
DPI retraité

PATRICK DUSABIMANA  
Coordonnateur de la  
convalescence chirurgicale pour  
le Réseau Trillium pour le don de  
vie, ministère de la Santé et des  
Soins de longue durée

LINDA EAGEN  
Présidente et directrice  
générale, Fondation du cancer  
de la région d'Ottawa

DR WYLAM FAUGHT  
Gynécologue oncologue,  
Hôpital d'Ottawa

FRANCES MANNARINO  
Gestionnaire principale de  
comptes commerciaux retraitée,  
BMO Banque de Montréal

BRIAN P. MCINTOMNY  
Conseiller juridique, Doris Law  
Office Professional Corporation

KARYN STANDEN  
Agente principale de la  
planification,  
Agence du revenu du Canada

MARK THAW  
Gestionnaire principal des  
comptes des réseaux de ventes,  
Dell Canada