

Le nouveau mammographe améliorera les soins dans notre collectivité



Shawn O'Rourke se consacre à veiller à ce que notre collectivité continue de recevoir les meilleurs soins.

Elles essaient de ne pas s'inquiéter, mais c'est parfois impossible. *Pourquoi dois-je retourner? Est-ce que j'ai le cancer du sein?*

Chaque semaine, des femmes sont appelées à retourner au Queensway Carleton Hospital (QCH) afin d'y subir d'autres imageries mammaires. Plus de 7 000 mammographies sont effectuées à l'hôpital chaque année, et environ 10 % des femmes qui ont dû les passer sont rappelées afin de subir d'autres examens diagnostiques.



C'est la raison pour laquelle les médecins et techniciens au QCH sont impatients à l'idée de posséder le nouveau mammographe de technologie 3D par tomosynthèse, figurant actuellement sur leur liste de souhaits. Tout comme un tomodensitogramme pour l'imagerie mammaire, la machine offrira aux radiologistes un aperçu plus détaillé afin qu'ils puissent donner des résultats

plus précis et possiblement détecter le cancer du sein plus rapidement.

« Un radiologiste obtiendra une meilleure qualité d'image, car le logiciel de tomosynthèse produit davantage de couches pour une image, aidant ainsi avec le diagnostic, explique Shawn O'Rourke, l'ancien directeur du service d'imagerie diagnostique au QCH. Le logiciel peut être utilisé pour tous les examens, aidant ainsi à réduire le nombre de patientes rappelées pour effectuer d'autres imageries. »

Le QCH ne possède actuellement qu'un mammographe qui fonctionne sept (7) jours par semaine afin de

répondre au Programme ontarien de dépistage du cancer du sein, aux aiguillages et à la salle d'opération. Ce n'est pas suffisant. La liste d'attente est longue pour les mammographies et il y a un grand risque que la machine vieillissante tombe en panne.

« Avec une deuxième machine, nous posséderons la toute dernière technologie et pourrons voir plus de patients par jour, dit Denis Binette, le directeur actuel du service d'imagerie diagnostique au QCH. Nous ne voulons pas faire attendre nos patientes. Le QCH sert un grand groupe de patients, et nous nous sommes engagés à leur offrir de bons soins, près de leur domicile. »

La Fondation du cancer est tout à fait d'accord, et c'est pourquoi elle tentera d'amasser 250 000 \$ pour la machine lors de la MARCHÉ ÉPIQUE de cette année.

« Chaque jour nous lisons que le cancer touchera un plus grand nombre d'entre nous au cours de notre vie. Nous en apprenons également à propos des technologies avancées qui aideront au diagnostic et ultimement aux soins pour les patients ayant reçu un diagnostic de cancer, dit Shawn. Nous avons besoin de cette machine dans notre collectivité. »

La machine, que le QCH espère acheter en 2018, utilise également moins de radiation et est plus confortable pour les patientes. La technologie de pointe apportera la tranquillité d'esprit pour des milliers de familles dans notre région et aidera à sauver des vies. C'est pourquoi Denis a pleinement confiance en l'impact qu'aura la machine. « Elle nous permettra de servir la population de la meilleure façon possible, ce qui reste toujours notre objectif principal. »

La MARCHÉ ÉPIQUE pour les soins contre le cancer aura lieu le samedi 16 septembre 2017.

Visitez le www.ottawacancer.ca/fr/impliquez-vous/evenements/ afin de nous aider à atteindre notre objectif

Un homme, sa collectivité et dix mille dollars

Un survivant de la région trouve une façon significative de souligner ses 10 années de vie sans cancer

À l'âge de 36 ans, Robert Rishikof était en santé et en bonne forme. Le cancer était la dernière chose à laquelle il pensait, jusqu'à ce qu'il commence à éprouver des démangeaisons et à être jaunâtre.

« La tumeur était dans mon canal biliaire. J'ai dû subir une chirurgie de 7,5 heures pour la retirer, ainsi qu'un tiers de mon estomac, une partie de mon pancréas, ma vésicule biliaire et une portion de mon petit intestin, se rappelle Robert. La chimiothérapie a suivi la chirurgie. »

Ce fut un moment difficile dans la vie de sa jeune famille, mais ce qui fut probablement le plus pénible pour Robert a été la période après la fin de son traitement. Les résultats d'une scanographie ont été inconcluants. Robert a dû attendre trois longs mois avant de voir si le cancer avait disparu.

« J'ai essayé d'être présent auprès de ma famille et de ne pas être anéanti, mais c'était comme marcher sur une corde raide, admit Robert. Je m'accordais une ou deux heures par jour pour déprimer, puis je me poussais et allais de l'avant. »

Peu de mesures de soutien étaient offertes lorsque Robert a développé un cancer il y a 10 ans. Heureusement, les choses ont maintenant changé. Les patients et leurs aidants ont accès au programme de coaching en matière de cancer offert par la Fondation du cancer, programme récemment élargi à Vanier et Kanata.

Robert a entendu parler du coaching à l'époque où il cherchait un moyen significatif de souligner ses 10 ans de vie sans cancer.

Six semaines plus tard, pour souligner l'étape importante de 10 ans sans cancer, Robert mettait sur pied un site Web afin de faire de la sensibilisation et d'amasser des fonds pour la Fondation du cancer. Il s'est fixé un objectif ambitieux de 10 000 \$ et sa famille a démarré la campagne avec une vente de pâtisseries lors d'une vente-débarras dans le quartier.

« Les gens ont répondu de façon incroyable. Nous avons

« Par le fruit d'un heureux hasard, j'ai reçu un courriel de la Fondation du cancer qui me demandait de faire don et qui était signé par un coach en matière de cancer, raconte Robert. Je me suis rendu au Centre Maplesoft et le personnel ainsi que l'endroit ont laissé une grande impression sur moi. »

amassé 10 000 \$ en six jours, dit Robert. Plusieurs personnes m'ont dit qu'elles connaissaient quelqu'un atteint du cancer et qu'elles allaient leur parler du coaching en matière de cancer. »

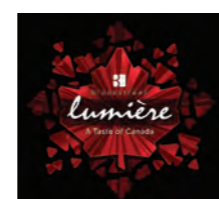
Robert a été enchanté d'entendre cela, puisqu'il comprend personnellement le besoin d'obtenir du soutien gratuit et professionnel. « C'est difficile de trouver un espace pour soi lorsqu'on est malade. Vos proches doivent également faire face à votre cancer. Le coaching en matière de cancer propose un endroit juste pour vous. Il libère un endroit pour que vous puissiez respirer et gagner confiance dans les décisions que vous devez prendre. »

Aujourd'hui, Robert met les autres au défi d'amasser des fonds pour la Fondation du cancer. « Lorsque le cancer frappe, il laisse d'immenses répercussions. Le coaching en matière de cancer offre des façons d'appuyer la personne et la famille. Une approche personnelle y est adoptée et l'on ne se concentre pas sur le cancer, mais bien sur les gens. Et nous devons nous unir pour appuyer ce service. »

Vous voulez avoir un impact comme Robert et sa famille? Visitez le

<http://www.ottawacancer.ca/fr/impliquez-vous/evenements/organisez-votre-propre-evenement/>

Prenez part d'un de nos événements



Lumière Gala
jeudi le
14 septembre



Fight for the Cure
samedi
le 23 septembre



Recovery Matters
Défi
3 & 4 octobre,
Réception
12 octobre



The Grand Casino
mercredi
le 8 novembre



Dine-a-Rama
24-26 novembre



Stache for Cash
Mois de
novembre

En apprendre davantage au ottawacancer.ca/evenements

Nous vous remercions pour votre soutien

RAPPORT DESTINÉ AUX DONATEURS

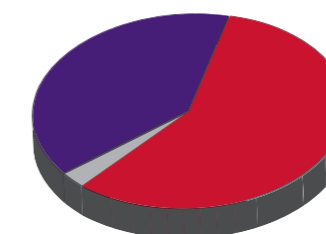
Exercice financier 2016-2017

VOUS DONNEZ, À LA COLLECTIVITÉ, ACCÈS AUX MEILLEURS SOINS CONTRE LE CANCER, PRÈS DU DOMICILE

La générosité dont vous faites preuve en tant que **donateurs** est essentielle pour le nombre croissant de personnes qui font face au cancer dans notre région. **Mais à mesure que le nombre de cancers augmente dans notre collectivité, notre réponse devant la maladie s'intensifiera.** Grâce à vous, la Fondation du cancer de la région d'Ottawa est en mesure de comprendre ce qui importe pour les personnes touchées par le cancer, et d'entrer en communication avec un plus grand nombre de familles afin de veiller à ce que leurs besoins soient satisfaits par le biais d'un accès facile au coaching en matière de cancer et à des traitements novateurs.

Cette année, des milliers de donateurs comme vous ont aidé à amasser 4 592 303 \$ pour les soins contre le cancer dans notre collectivité. Votre soutien a permis d'offrir le coaching en matière de cancer plus près du domicile pour un plus grand nombre de familles. Le coaching est maintenant offert à Kanata, Vanier et Clarence-Rockland. Votre générosité a également permis de lancer de nouveaux essais cliniques dans les hôpitaux d'Ottawa et elle a rendu possibles des percées dans la recherche pour les cancers mortels comme le glioblastome et le cancer de l'ovaire. Vous avez aidé à accroître le nombre d'aiguillages et de collaborations entre le réseau de services en matière de soins contre le cancer et les ressources offertes dans notre collectivité, veillant ainsi à ce que ceux et celles qui font face au cancer puissent avoir accès à ce dont ILS ont besoin.

MERCI DE DONNER DE L'ESPOIR.



VOTRE ARGENT AU TRAVAIL DANS NOTRE COLLECTIVITÉ 2016-2017

- Coaching en matière de cancer – 58%
- Recherche, essais cliniques et soins directs sur le cancer – 33%
- Élargissement des services en matière de cancer – 9%

VOUS AIDEZ NOTRE COLLECTIVITÉ À S'UNIR POUR FAIRE FACE AU CANCER



3 067
Familles aidées à ce jour grâce au coaching en matière de cancer



1 884
Heures de coaching en matière de cancer individuel cette année



495
Réunions accueillies pour les groupes communautaires, des ateliers et les groupes de recherche



305
Conversations téléphoniques dans le cadre du coaching en matière de cancer

VOUS AMÉLIOREZ L'ACCÈS AUX TRAITEMENTS PERSONNALISÉS



1 668
Aiguillages vers des professionnels des soins contre le cancer et vers des ressources communautaires



50
Nouveaux essais cliniques lancés cette année



8
Subventions accordées aux chercheurs locaux sur le cancer, totalisant 475 325 \$

GRÂCE À VOUS, CEUX ET CELLES QUI FONT FACE AU CANCER DANS NOTRE COLLECTIVITÉ DISPOSENT DE TOUTES LES RESSOURCES NÉCESSAIRES POUR PARTICIPER PLUS ACTIVEMENT À LEURS PROPRES SOINS. GRÂCE À VOUS, DES FAMILLES PASSENT PLUS DE TEMPS DE QUALITÉ AVEC LES LEURS ET LES SURVIVANTS DÉVELOPPENT LES COMPÉTENCES ET LES STRATÉGIES QUI LES AIDENT À RETOURNER AU TRAVAIL, À GÉRER LE STRESS, À FAIRE FACE À LEUR MALADIE, À S'OCCUPER DE LEUR SANTÉ PHYSIQUE ET MENTALE, ET BEAUCOUP PLUS ENCORE. MERCI!

Conseil d'administration
(en date du 31 mars 2017)

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

JON DERVIN,
PRÉSIDENT SORTANT
Associé – Services aux sociétés privées, PwC LLP

CORY P READY,
VICE-PRÉSIDENT
Conseiller en placements, BMO Nesbitt Burns

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

DEE DAVIDSON,
DIRECTRICE
Présidente, Coordination Soins Complètes

ROBERT (BOB) DOUCET,
DIRECTEUR
DPI retraité

PATRICK DUSABIMANA,
DIRECTEUR
Coordonnateur de la convalescence chirurgicale à L'Hôpital d'Ottawa

FRANCES MANNARINO,
DIRECTRICE
Retraîtée, services bancaires commerciaux

CARL MARCOTTE,
DIRECTEUR
Vice-président, opérations et chef de secteur de la défense, Corporation commerciale canadienne

BRIAN P. MCINTOMNY,
DIRECTEUR
Conseiller, Mann Lawyers

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

MARK THAW, DIRECTEUR
Associé principal, Kaspersky Labs

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



Grâce à votre soutien, Ramona peut maintenant passer plus de temps de qualité avec sa famille.

Tout a commencé en 2014 avec la découverte d'une petite bosse d'environ la taille d'un ongle de bébé sur mon dos.

Ni moi ni le dermatologue que j'ai consulté ne pensions que c'était grave au départ, mais la biopsie est revenue positive et indiquait un mélanome de stade 3. J'avais le cancer! J'étais sidérée. Toutes mes pensées se sont envolées, et les larmes ont commencé à couler.

On m'a dit que j'avais 25 % de chance de survivre au cours des cinq années suivantes. À cette époque, la seule option en matière de traitement dont je disposais était de prendre un médicament appelé interféron pendant 12 mois. Les effets secondaires étaient dévastateurs. Sept mois après avoir commencé à prendre de l'interféron, les résultats d'une scanographie ont révélé que deux nouvelles tumeurs s'étaient



développées. Mon cancer en était maintenant un de stade 4. Le médicament n'avait pas fonctionné.

Heureusement toutefois, mon histoire n'est pas terminée. Mon oncologue, D^{re} Xinni Song, m'a parlé d'un essai clinique prometteur offert à Ottawa des années plus tôt que prévu grâce au financement de la Fondation du cancer de la région d'Ottawa et des personnes qui l'appuient comme vous. J'ai alors commencé à prendre une combinaison de deux médicaments, yervoy et opdivo, en mai 2016, et les résultats ont dépassé toutes mes attentes. En deux mois, le nodule sur mon cou avait disparu. La scanographie a confirmé qu'il s'agissait d'un traitement miraculeux. Mon médecin m'a dit que si la technicienne n'avait pas su que j'avais le cancer, elle ne l'aurait même pas remarqué.

Aujourd'hui, je suis de retour au travail, je reste active et je profite de la vie avec mes amis et ma famille. Il n'existe actuellement pas de remède pour le mélanome, mais les essais cliniques offrent des options et me donnent l'espoir que je tiendrai un jour mes petits-enfants dans mes bras.

« La cause vous tient à cœur et c'est la raison pour laquelle des milliers de personnes qui vivent avec le cancer ont accès aux plus récents essais et traitements ici, dans notre collectivité. »

Je souhaite vous remercier personnellement pour l'espoir que vous avez donné en appuyant la Fondation du cancer. Chaque don que vous faites à la Fondation du cancer contribue à l'espoir qui subsiste dans notre cœur. L'espoir de meilleurs traitements, l'espoir de plus de temps à passer avec nos proches et l'espoir qu'un jour, on trouve un remède. J'ai encore tellement d'amour à donner, d'endroits à visiter et de choses à faire. Vous m'avez donné la chance de poursuivre mes rêves.

J'espère que vous vous souviendrez à quel point je suis reconnaissante lorsque vous lirez les autres incroyables histoires d'espoir dans cette édition de votre bulletin Bien Vivre. Des histoires rendues possibles grâce à VOTRE appui.

Merci de sauver ma vie.

Ramona Bietlot

Ramona Bietlot

Le maire d'Ottawa retombe les pieds sur terre

Lorsque le maire Jim Watson a visité la Cuisine d'Audrey à la Fondation du cancer de la région d'Ottawa pendant le Mois de la nutrition, il a admis deux choses. La première : il n'avait pas beaucoup cuisiné récemment, car son four était brisé. La deuxième : son four n'était pas la seule raison pour laquelle il fuyait sa cuisine.

En tant qu'ancien ministre de la Promotion de la santé et ayant survécu deux fois au cancer, le maire Watson connaît l'importance d'avoir des habitudes saines. Toutefois, son horaire chargé ne lui laisse pas beaucoup de temps lorsqu'il est question de bien manger. C'est la raison pour laquelle il a fait une petite place dans son emploi du temps pour participer à une séance pratique sur la nutrition avec Emily Fitzgerald, la coach en nutrition de la Fondation du cancer.

« Je devrais vraiment prêcher par l'exemple, » lui a-t-il dit.

Les deux ont échangé des conseils sur la nutrition alors qu'ils effectuaient une démonstration étape par étape de l'une des recettes les plus prisées d'Emily, un granola maison riche en bons gras, protéines et fibres.

Emily ne chôme pas elle non plus. Son horaire est rempli de rendez-vous individuels avec les clients afin de les aider à atteindre leurs objectifs en matière de nutrition, de l'animation d'ateliers sur la nutrition ainsi que de la création de recettes santé. C'est elle le visage de piedssur terre, le programme de coaching en nutrition de la Fondation, un programme efficace, sensé et pratique, conçu pour aider les clients à retrouver la santé et la garder. Le programme est fondé sur des aliments entiers, la gestion réaliste du poids, les compétences pratiques ainsi que des stratégies simples sur la nutrition qui vous donnent le contrôle sur votre santé, que vous soyez en train de combattre le cancer ou en voie d'atteindre le bien-



être. Et le meilleur dans tout cela? La totalité des fonds amassés grâce aux programmes de nutrition de piedssur terre aide la Fondation du cancer à offrir gratuitement le coaching en matière de cancer aux familles dans notre collectivité. Nous aimons dire qu'il s'agit d'un achat avec raison.

Essayez notre recette ci-dessous afin de goûter à comment Emily a motivé le maire à commencer à préparer plus de repas à la maison, et visitez le www.groundedlife.ca/fr/ afin d'obtenir de plus amples renseignements sur les prochains ateliers sur la nutrition, de nouvelles recettes, un blogue sur la nutrition et plus encore!

Granola aux noix et à l'érable

Portions : 8

Ingrédients

- 2 tasses de gros flocons d'avoine
- ¼ tasse de graines de lin moulues
- ½ tasse de pacanes, hachées
- ½ tasse de graines de citrouille
- 2 c. à soupe de sirop d'érable pur
- 1 c. à soupe d'huile d'olive extra-vierge
- ½ c. à thé d'extrait de vanille
- 1 c. à thé de cannelle
- ⅓ tasse de canneberges séchées, hachées

Préparation

1. Préchauffer le four à 325° F. Combiner tous les ingrédients, sauf les fruits séchés, dans un bol. Utiliser une cuillère afin de bien mélanger et remuer pour bien enrober.
 2. Étendre une couche mince du mélange sur une plaque. Cuire 20 à 25 minutes, en retournant à la mi-cuisson. Ajouter les fruits séchés une fois le mélange refroidi.
 3. Le granola peut être conservé dans un contenant hermétique dans un endroit frais et sec jusqu'à deux (2) semaines.
- Faites preuve de créativité au moment de servir votre granola. Essayez-le avec du yogourt et des fruits, sur une salade, ou comme petit-déjeuner au lieu d'un bol de céréales. Bon appétit!



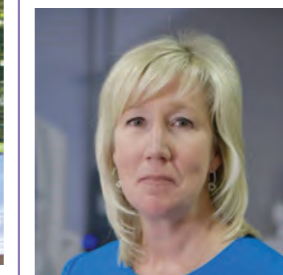
Mrs. Janet Donor
3057 Anywhere Street, Apartment 101
Ottawa, ON
K1K 1K1

Apprenez comment votre générosité change les soins locaux contre le cancer.

Je suis ici aujourd'hui grâce à vous.

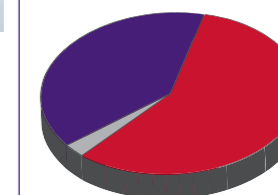


La technologie qui sauve des vies est tout près.



Ce n'est pas une question de cancer, c'est une question de gens

Votre Rapport destiné aux donateurs 2016-2017



Chef Watson : le maire prend notre cuisine en charge

