



ÉDITION
2021

CANCER

DE L'INFORMATION EN SANTÉ DE QUALITÉ SÉLECTIONNÉE PAR VOS BIBLIOTHÈQUES

 **Biblio-
Santé**



Bien informé, mieux vivre.

À PROPOS

Biblio-Santé est un programme de l'Association des bibliothèques publiques du Québec, qui regroupe les bibliothèques publiques québécoises. L'ABPQ est constituée de plus de 179 municipalités et corporations membres, pour un total de plus de 317 bibliothèques autonomes. Biblio-Aidants est disponible dans plus de 780 bibliothèques publiques et de santé partout au Québec. Pour vérifier si votre bibliothèque participe au programme, consultez notre site Web.

REMERCIEMENTS

Biblio-Santé est une initiative des bibliothèques de Charlemagne, L'Assomption et Repentigny qui a d'abord vu le jour sous le nom de Biblio-Aidants. L'Association des bibliothèques publiques du Québec tient à remercier ces trois villes de lui avoir permis d'étendre le programme au reste du Québec en cédant leurs droits d'auteur.

COORDINATION – ASSOCIATION DES BIBLIOTHÈQUES PUBLIQUES DU QUÉBEC

Clémence Tremblay-Lebeau, chargée de projet

RECHERCHE BIBLIOGRAPHIQUE

Gabrielle C. Beaulieu, chargée de projet

Audrey Scott, bibliothécaire stagiaire

Clémence Tremblay-Lebeau, chargée de projet

RÉVISION DE CONTENU ET LINGUISTIQUE

Sandra Cliche-Galarza, bibliothécaire stagiaire

Fannie Labonté, coordonnatrice services aux membres et événements

Clémence Tremblay-Lebeau, chargée de projet

MISE EN PAGE ET GRAPHISME

Steve Poutré DGA

VISITEZ NOTRE SITE WEB

Vous y trouverez tous les cahiers Biblio-Santé et des informations complémentaires.

bibliosante.ca

Toutes les données informatives suggérées précédemment ne peuvent remplacer un diagnostic ou un examen médical par un médecin ou un professionnel de la santé qualifié. Le contenu de ce cahier a été vérifié au printemps 2021 et sera mis à jour annuellement.

Le slogan *Bien informé, mieux vivre.*® est enregistré au Registre canadien des droits d'auteur.

© 2021 Association des bibliothèques publiques du Québec

Dépôt légal – Bibliothèques et Archives nationales du Québec, 2021

ISBN 978-2-925031-55-0

Association des bibliothèques publiques du Québec

1453, rue Beaubien Est, bureau 215, Montréal (Québec) H2G 3C6

info@abpq.ca | www.abpq.ca

TABLE DES MATIÈRES

RÉPERTOIRE DES RESSOURCES

ORGANISMES ET ASSOCIATIONS	7
RESSOURCES WEB	12
PORTAILS D'INFORMATION DE SANTÉ	18
BASES DE DONNÉES EN SANTÉ	19
Bases de données en libre accès	19
Bases de données avec accès réservé aux abonnés	20

SUGGESTIONS DE LECTURE

DOCUMENTAIRES	23
Ouvrages généraux	23
Cancer chez l'enfant et l'adolescent	27
Cancer de l'appareil digestif	28
Cancer de la prostate	29
Cancer du poumon	30
Cancer du sein	30
Mode de vie sain	32
La vie après le cancer	36
RÉCITS DE VIE, BIOGRAPHIES ET TÉMOIGNAGES	39
ROMANS	51
BANDES DESSINÉES	59
OUVRAGES JEUNESSE	62

SUGGESTIONS DE FILMS, SÉRIES ET ÉMISSIONS

FICTION	74
DOCUMENTAIRES	79
Cancer de la prostate	79
Cancer de l'œil	79
Cancer du poumon	80
Cancer du sein	80
Cancer de la peau	81
Cancer du cerveau et du système nerveux	82
Autres	82

PRENDRE PART À SES SOINS DE SANTÉ

ORGANISMES ET ASSOCIATIONS	86
Général	86
Information juridique	86
RESSOURCES WEB	89
Ressources génériques	89
Information juridique	95
SUGGESTIONS DE LECTURE	96

COMMENT SÉLECTIONNONS-NOUS L'INFORMATION ?

Chaque document ajouté aux cahiers Biblio-Santé est évalué avec impartialité, selon les pratiques bibliothéconomiques en vigueur dans les bibliothèques publiques et en s'appuyant sur de nombreux critères généraux de sélection.

D'abord, les cahiers sont développés de manière à répondre prioritairement aux besoins et intérêts des usagers du système de santé ainsi que des proches aidants. Chaque titre est évalué selon la pertinence et la qualité du contenu en regard d'une clientèle grand public, en contexte québécois. À valeur égale, les ouvrages québécois sont toujours favorisés. La crédibilité et la notoriété de l'auteur, du créateur, de l'illustrateur, de l'éditeur ou du producteur sont aussi d'une grande importance. De plus, une attention particulière est portée à l'actualité et la pérennité du sujet ainsi qu'à l'exactitude des informations diffusées.

En ce qui a trait spécifiquement aux documentaires, les ouvrages écrits par des professionnels de la santé (médecins, infirmiers, ergothérapeutes, psychologues, etc.) sont privilégiés. Toutefois, les titres qui s'appuient sur le savoir profane ou expérientiel ne sont pas rejetés d'emblée, surtout lorsque ceux-ci traitent de l'accompagnement d'un proche.

Finalement, chaque cahier est considéré dans sa globalité pour respecter la diversité des sujets couverts et assurer l'équilibre des points de vue exprimés. Pour en savoir plus sur les critères de sélection Biblio-Santé, visitez le bibliosante.ca/criteres



**PROCHES
AIDANTS**

CAHIER PROCHES AIDANTS

Ce cahier est complémentaire à tous les cahiers du programme Biblio-Santé. Il met en valeur les ressources utiles pour soutenir les proches aidants.

AUTRES CAHIERS DISPONIBLES



**AÎNÉS ET
VIEILLISSEMENT**



CANCER



**DÉFICIENCE
INTELLECTUELLE**



DEUIL



DIABÈTE



**INCAPACITÉS
PHYSIQUES**



**MALADIE
D'ALZHEIMER**



**MALADIE
DE PARKINSON**



**MALADIES
DU CŒUR**



**MALADIES
PULMONAIRES**



**SANTÉ
MENTALE**



**SCLÉROSE
EN PLAQUES**



**SOINS DE
FIN DE VIE**



**TROUBLES
DU SPECTRE
DE L'AUTISME**

RÉPERTOIRE DES RESSOURCES

ORGANISMES ET ASSOCIATIONS

ASSOCIATION CANADIENNE DU CANCER COLORECTAL

Téléphone 514 875-7745
Téléphone sans frais 1 877 50-COLON (1-877-502-6566)
Site Web <https://www.colorectalcancercanada.com/fr/>

L'Association canadienne du cancer colorectal offre un soutien aux patients et à leur famille, en plus d'effectuer des actions de sensibilisation au grand public. Sur le site Web, vous trouverez de l'information sur tous les aspects de la maladie.

CANCER DE L'OVAIRE CANADA

Téléphone 514 369-2972, poste 331
Téléphone sans frais 1 877 413-7970, poste 331
Site Web <http://ovairecanada.org>

Cancer de l'ovaire Canada appuie les femmes atteintes de la maladie et leurs familles. L'organisme renseigne sur les différents aspects de la maladie, organise des groupes soutien et offre des conférences et webinaires disponibles en ligne.

CANCER TESTICULAIRE CANADA

Site Web www.cancertesticulaire.org

Cancer testiculaire Canada est une organisation dédiée au soutien des personnes atteintes d'un cancer du testicule. Sur le site Web, sous l'onglet « votre santé », vous trouverez une série d'articles liés au cancer des testicules : la prévention, les symptômes, les traitements, les aspects psychologiques, la sexualité et des témoignages.

FONDATION CANCER DU SEIN DU QUÉBEC

Téléphone 514 871-1717
Numéro sans frais 1 877 990-7171
Site Web <https://rubanrose.org>

Le site de la Fondation du cancer du sein du Québec donne des informations sur le dépistage, le diagnostic et le traitement du cancer du sein. La FCSQ offre aussi du soutien via un service téléphonique, un programme d'aide financière et des ateliers de yoga.

Service de soutien et d'information

Par téléphone 514 871-1717, poste 250
Téléphone sans frais 1 877 990-7171, poste 250

La FCSQ offre un service de soutien par téléphone et par courriel. Le service est confidentiel, les préposés sont disponibles pour vous écouter et vous renseigner sur les ressources adaptées à vos besoins selon votre région. Le service téléphonique est disponible du lundi au vendredi, de 9 h à 17 h, en français et en anglais.

FONDATION QUÉBÉCOISE DU CANCER

Téléphone sans frais 1 800 363-0063
Site Web www.fqc.qc.ca

Présente à Montréal, Québec, Sherbrooke, Gatineau et Trois-Rivières, la Fondation offre hébergement, information et accompagnement aux personnes atteintes de cancer et à leurs proches. En fonction de la région où vous habitez, la Fondation offre du jumelage téléphonique, des groupes de soutien ainsi qu'un service d'hébergement à proximité des grands centres hospitaliers pour la durée des traitements.

Ligne téléphonique Info-Cancer

Téléphone sans frais 1 800 363-0063

Du lundi au vendredi, de 9 h à 17 h. Au bout du fil, un infirmier spécialisé est à l'écoute et offre, gratuitement et en toute confidentialité, une foule de renseignements sur tous les aspects du cancer. Il peut vous renseigner sur les ressources près de chez vous.

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS

Téléphone sans frais 1 855 852-7784
Site Web www.lappui.org

Présent dans chacune des 17 régions du Québec, l'Appui travaille étroitement avec les organismes locaux pour élargir l'offre de services disponibles pour les proches aidants. Sa mission : contribuer à améliorer leur qualité de vie ! L'Appui, c'est aussi Info-aidant, un service confidentiel et gratuit disponible au 1 855 852-7784 ou à info-aidant@lappui.org. Des conseillers spécialisés sont là pour vous écouter, vous informer et vous orienter vers les ressources disponibles près de chez vous et adaptées à vos besoins. Le site Web de l'Appui propose également une foule de renseignements, de conseils et de ressources pour les proches aidants et leur entourage. Vous y retrouverez notamment un répertoire dans lequel vous pourrez rechercher des ressources (répit, transport, aide à domicile, etc.) selon vos besoins et votre région.

LEUCAN

Téléphone 514 731-3696
Téléphone sans frais 1 800 361-9643
Site Web www.leucan.qc.ca

LEUCAN vient en aide aux enfants atteints de cancer et à leur famille. Sous l'onglet « Trouver de l'aide » du site Web, vous trouverez les informations sur le programme d'aide financière et l'ensemble des services de soutien offerts aux familles.

Centre d'information Leucan

Téléphone 514 345-2336
Téléphone sans frais 1 866 590-4847
Site Web www.centreinfo.leucan.qc.ca

Source fiable d'information sur le cancer chez l'enfant et l'adolescent. Vous pouvez obtenir de l'information en ligne, par téléphone, sur place (au Centre de cancérologie Charles-Bruneau du CHU Sainte-Justine, à Montréal) et par le prêt de documents en personne ou par courrier.

PROCURE

Téléphone 514 341-3000
Téléphone sans frais 1 855 899-2873
Site Web www.procure.ca

PROCURE est un organisme de bienfaisance dans la lutte contre le cancer de la prostate. Il sensibilise, soutient et informe les personnes concernées par cette maladie. Il promeut et contribue au financement de la recherche de classe mondiale. L'organisme offre des webinaires ainsi qu'un blogue sur différents aspects du cancer de la prostate tels que le cancer de la prostate, les options de traitement, la sexualité, la nutrition, l'exercice physique, ainsi que les nouveaux traitements et la gestion des effets secondaires.

PROGRAMME BELLE ET BIEN DANS SA PEAU

Téléphone 1 800 914-5665
Site Web www.lgfb.ca

Ce programme aide les femmes atteintes de cancer à envisager l'avenir avec plus d'assurance en leur donnant les outils pour faire face aux effets du cancer non seulement sur leur apparence, mais aussi sur leur état d'esprit. Sa principale activité est un atelier pratique et gratuit de deux heures au cours duquel les femmes touchées par le cancer et son traitement apprennent à mieux paraître et à se sentir mieux. Consultez le site Web pour l'horaire des ateliers offerts dans votre région. Vous y trouverez également la section « Faire face au cancer ensemble » sous l'onglet « Ressources », un endroit sûr pour partager vos réflexions en toute confidentialité avec une communauté de gens qui vivent la même épreuve que vous. Ce programme est soutenu par la Fondation de l'Association canadienne des cosmétiques, produits de toilette et parfums.

REGROUPEMENT DES AIDANTS NATURELS DU QUÉBEC (RANQ)

Téléphone 514 524-1959
Site Web www.ranq.qc.ca

Le Regroupement des aidants naturels du Québec (RANQ) est composé d'une soixantaine d'organismes et d'associations qui offrent des services directs aux proches aidants du Québec : centres d'action bénévole, regroupements d'aidants régionaux, etc. Vous trouverez la liste complète des organismes par région dans le site Web du Regroupement.

RÉSEAU CANADIEN DU CANCER DU SEIN

Téléphone 613 230-3044
Téléphone sans frais 1 800 685-8820
Site web www.cbcn.ca/fr/

Le Réseau canadien du cancer du sein offre de l'information sur le cancer du sein, des activités éducatives ainsi qu'une liste de publications et de ressources en lien avec la maladie. Le Réseau travaille également à la promotion et la défense des droits des femmes touchées par le cancer du sein.

SOCIÉTÉ CANADIENNE DU CANCER

Téléphone 514 255-5151
Téléphone sans frais 1 888 939-3333
Site Web www.cancer.ca/fr-ca

La Société concentre ses activités sur la recherche, la défense de l'intérêt public, la prévention, l'information et le soutien. Du lundi au vendredi, le 1 888 939-3333 permet de joindre directement le service d'information de la Société, où des spécialistes peuvent répondre à vos questions sur le cancer, les traitements et tout ce qui vous préoccupe au sujet de la maladie. Ces spécialistes peuvent aussi vous orienter vers les services d'accompagnement personnalisés offerts par la Société canadienne du cancer, tels que le jumelage téléphonique et différents groupes de soutien.

SOCIÉTÉ DE RECHERCHE SUR LE CANCER

Téléphone 514 861-9227
Téléphone sans frais 1 866 343-2262
Site Web www.societederecherchesurlecancer.ca

La Société de recherche sur le cancer est un organisme national, sans but lucratif, dont la mission est de financer exclusivement la recherche sur tous les types de cancer. Vous trouverez sur le site de l'organisme une multitude d'informations sur les différents types de cancer, leurs facteurs de risque, diagnostic, traitement, etc.

RESSOURCES WEB

Quelques pistes pour développer une lecture critique de l'information repérée sur le Web

LE OU LES AUTEURS DE LA SOURCE D'INFORMATION

- Qui a créé le site repéré ?
- Est-il possible d'obtenir de l'information sur l'auteur ou sur le propriétaire du site ?
- S'agit-il d'un site gouvernemental, universitaire ou d'un organisme reconnu ?

LA QUALITÉ DE LA SOURCE D'INFORMATION

- Quel est l'objectif poursuivi (informer ou vendre) ?
- Est-ce que les sources sont citées ?
- Existe-t-il des liens vers des sources similaires (pour vérifier l'exactitude et l'objectivité de l'information) ?
- Quelle est la fréquence de mise à jour de l'information ?

Gardez l'œil ouvert ! L'information se partage très vite, et les fausses nouvelles aussi. Il ne faut pas toujours se fier au contenu partagé en ligne, surtout sur les réseaux sociaux. Vous risquez d'y trouver des articles où l'information est fautive ou exagérée. Il est donc important de vérifier la qualité d'une information avant de la croire et de la partager.

AGENCE DE LA SANTÉ PUBLIQUE DU CANADA – CANCER

www.phac-aspc.gc.ca/cd-mc/cancer/index-fra.php

Cette section du site de l'Agence de la santé publique du Canada explique ce qu'est le cancer et présente les mesures à prendre pour réduire les risques de développer la maladie. On y trouve également une liste d'hyperliens vers les articles sur différents types de cancer :

Cancer du poumon

www.phac-aspc.gc.ca/cd-mc/cancer/cancer_poumon-lung_cancer-fra.php

Cancer de la glande thyroïde

www.phac-aspc.gc.ca/cd-mc/cancer/cancer_thyroid-thyroide-fra.php

Cancer des os

www.phac-aspc.gc.ca/cd-mc/cancer/cancer_bone-os-fra.php

Cancer du sein

www.phac-aspc.gc.ca/cd-mc/cancer/cancer_du_sein-breast_cancer-fra.php

Cancer du col de l'utérus

www.phac-aspc.gc.ca/cd-mc/cancer/cancer_du_col_uterus-cervical_cancer-fra.php

Cancer colorectal

www.phac-aspc.gc.ca/cd-mc/cancer/cancer_colorectal-colorectal_cancer-fra.php

CANCER DE L'OVAIRE CANADA

Ressources de soutien

<http://ovairecanada.org/vivre-avec-le-cancer-de-l%E2%80%99ovaire/ressources-de-soutien>

Cancer de l'ovaire Canada offre des publications aux femmes atteintes par la maladie. Il est possible de les commander en ligne, directement sur le site Web.

Série de webinaires

<https://ovairecanada.org/Living-with-Ovarian-Cancer/Webinar-Series?lang=fr-CA>

Cancer de l'ovaire Canada organise des webinaires sur un éventail de sujets pour les femmes atteintes du cancer de l'ovaire et leurs familles. Les webinaires sont d'une durée d'une heure et sont offerts gratuitement.

CANCER ENVIRONNEMENT

www.cancer-environnement.fr

Portail francophone d'information de référence sur les risques de cancer en lien avec des expositions environnementales, professionnelles ou des comportements individuels. Les informations du site s'appuient sur une synthèse des données actuelles de la science.

FONDATION CANADIENNE DES TUMEURS CÉRÉBRALES

www.braintumeur.ca/fr/

Le site de la Fondation canadienne des tumeurs cérébrales propose de l'information et des ressources pour les patients, les proches aidants, les bénévoles et les professionnels de la santé. Il offre la possibilité de se procurer des ressources sur le sujet gratuitement.

FONDATION QUÉBÉCOISE DU CANCER

Bibliothèque Info-cancer

www.fqc.qc.ca/fr/besoin-d-aide/services-d-information/biblio-info-cancer

La Fondation possède une multitude de ressources documentaires traitant de divers sujets sur le cancer. Celles-ci sont adaptées aux besoins des personnes atteintes de cancer et leurs proches. Grâce à la Bibliothèque Info-cancer, il est possible d'emprunter des livres tout à fait gratuitement.

Guides de la Fondation québécoise du cancer

Bien manger pour mieux vivre pendant ses traitements

https://fqc.qc.ca/images/files/Brochure_Bien_manger_pour_mieux_vivre.pdf

Ce qu'il faut savoir sur la chimiothérapie

https://fqc.qc.ca/images/files/Brochure_chimiotherapie.pdf

Ce qu'il faut savoir sur la radiothérapie

https://fqc.qc.ca/images/files/Brochure_radiotherapie_09.pdf

Quand les mots vous manquent: Guide à l'intention des adolescents et des jeunes adultes atteints de cancer et de ceux et celles qui les accompagnent

https://fqc.qc.ca/images/files/brochure_programme_felix.pdf

FONDATION QUÉBÉCOISE DU CANCER – ÊTRE UN PROCHE AIDANT

<https://fqc.qc.ca/fr/information/etre-un-proche-aidant>

Comment soutenir un proche, collègue de travail, jeune adulte, prendre soin de soi et concilier travail et accompagnement.

GOVERNEMENT DU QUÉBEC – DÉPISTAGE DU CANCER COLORECTAL

<https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/depistage-et-offre-de-tests-de-porteur/depistage-du-cancer-colorectal/>

Cette fiche fournit des renseignements sur les méthodes de dépistage du cancer colorectal, les personnes à risque, et présente les avantages et limites des tests de dépistage.

GOVERNEMENT DU QUÉBEC – DÉPISTAGE DU CANCER DU SEIN

<https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/depistage-et-offre-de-tests-de-porteur/depistage-du-cancer-du-sein/>

Cette fiche fournit des renseignements sur la mammographie de dépistage (recommandé pour le dépistage du cancer du sein au Québec), l'auto-examen des seins et l'examen clinique des seins.

GOVERNEMENT DU QUÉBEC – DÉPISTAGE DU CANCER DU COL DE L'UTÉRUS

<https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/cancer/cancer-du-col-de-l-uterus/>

Cette fiche fournit de l'information sur les mesures de protection et de prévention du cancer du col de l'utérus. Elle définit le virus du papillome humain (VPH) et explique ce que sont les lésions précancéreuses pouvant apparaître sur le col de l'utérus.

GOVERNEMENT DU QUÉBEC – PROGRAMME QUÉBÉCOIS DE DÉPISTAGE DU CANCER DU SEIN (PQDCS)

<https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/depistage-et-offre-de-tests-de-porteur/programme-quebecois-de-depistage-du-cancer-du-sein/>

Cette fiche décrit le Programme québécois de dépistage du cancer du sein (PQDCS) et fournit de l'information sur les critères d'admissibilité, le coût, la démarche et les ressources régionales à consulter au besoin.

HUDDOL

www.lereseauaidant.ca

Huddol est une plateforme sociale canadienne, entièrement consacrée aux proches aidants. Elle permet de mettre en relation les proches aidants entre eux, mais aussi avec un réseau grandissant de professionnels, d'intervenants et d'organismes.

PASSEPORTSANTÉ.NET – CANCER (VUE D'ENSEMBLE)

http://www.passeportsante.net/fr/Maux/Problemes/Fiche.aspx?doc=cancer_vue_ensemble_pm

Dans ce dossier, il est notamment question des moyens de prévenir et de traiter la maladie, d'aider à sa rémission ou de soulager les maux occasionnés. Plusieurs fiches distinctes offrent de l'information sur les différents cancers :

Liste des fiches sur les principaux cancers

www.passeportsante.net/problemes-et-maladies-p69/cancers-96

REVENU QUÉBEC – CRÉDITS D'IMPÔT

Ce site fournit de l'information à propos de divers crédits d'impôts ainsi que de soutien financier.

Crédit d'impôt pour frais médicaux

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credit-dimpot-pour-frais-medicaux/>

Crédit d'impôt pour personne aidante

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credit-dimpot-pour-personne-aidante/>

Crédits d'impôt relatifs à la prime au travail

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credits-dimpot-relatifs-a-la-prime-au-travail/>

Montant pour déficience grave et prolongée des fonctions mentales ou physiques

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/montant-pour-deficience-grave-et-prolongee-des-fonctions-mentales-ou-physiques/>

Personne handicapée

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/votre-situation/personne-handicapee/>

SANTÉ CANADA – CANCER

www.hc-sc.gc.ca/hc-ps/dc-ma/cancer-fra.php

Page d'information sur le cancer et sa prévention, mais aussi sur plusieurs types précis de cancers.

SOCIÉTÉ CANADIENNE DU CANCER

Publications

www.cancer.ca/fr-ca/support-and-services/resources/publications/?region=qc

Vous trouverez dans cette section du site toutes les publications de la Société canadienne du Cancer. Vous pouvez télécharger ou encore commander les différentes brochures qui couvrent de nombreux sujets.

Répertoire des services à la communauté

<https://csl.cancer.ca/fr>

Ce répertoire permet de faire une recherche de services et de programmes destinés aux personnes touchées par le cancer et à leurs proches.

Parlonscancer.ca

www.parlonscancer.ca

Parlonscancer.ca est une communauté en ligne de la Société canadienne du cancer. Ce site permet aux personnes touchées – atteintes et leurs aidants – de partager leurs expériences et leur vécu.

PORTAILS D'INFORMATION DE SANTÉ

Des sources qui offrent de l'information fiable et de qualité sur la santé et les saines habitudes de vie.

GOVERNEMENT DU CANADA – SANTÉ

www.canadiensensante.gc.ca

Présente de l'information fiable et facile à comprendre sur la santé et la sécurité à l'intention des Canadiens.

GOVERNEMENT DU QUÉBEC – SANTÉ

www.quebec.ca/sante/

Propose une information simple, pratique et fiable pour aider à faire face à un problème de santé et à mieux utiliser les services de santé québécois.

MEDLINEPLUS

www.nlm.nih.gov/medlineplus/medlineplus.html

MedlinePlus est un réseau qui fait autorité, offrant de l'information détaillée associée à une multitude de problématiques en santé, produit par la National Library of Medicine (Maryland, États-Unis). Bien que l'interface d'interrogation soit en anglais, il est possible de dénicher de l'information dans d'autres langues, notamment le français (<https://medlineplus.gov/languages/french.html>).

PASSEPORTSANTÉ.NET

www.passeportsante.net

PasseportSanté.net offre au grand public une information factuelle pratique et objective sur la prévention de la maladie et l'acquisition de saines habitudes de vie. Avec la collaboration d'experts œuvrant dans le domaine, ce site francophone offre un contenu de qualité.

BASES DE DONNÉES EN SANTÉ

Bases de données en libre accès

Voici une sélection de ressources à consulter pour vous aider à trouver de la documentation pertinente. **Les bases de données ci-dessous sont accessibles gratuitement et sans abonnement.**

CISMEF

www.chu-rouen.fr/cismef

Le Catalogue et Index des Sites Médicaux de langue Française (CISMeF) est un projet initié par le Centre Hospitalier Universitaire de Rouen en France. Il rend accessibles des ressources francophones provenant de plusieurs pays relativement à la médecine factuelle et à une information incontournable en santé destinée aux patients et au grand public.

GERMAIN

<http://catalogue.iugm.qc.ca>

Germain est le catalogue de l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal (IUGM) et couvre les domaines de la gériatrie et de la gérontologie. Il facilite le repérage et la localisation de plus de 17 000 documents, qui proviennent de sources fiables (instituts de recherche, organismes gouvernementaux, etc.). Il permet aussi d'accéder à de la littérature grise, produite en dehors des circuits commerciaux de l'édition. Germain est la plus importante source de références francophones en gériatrie et en gérontologie d'Amérique du Nord.

LISSA

www.lissa.fr

LiSSa est une base de données de littérature scientifique en santé développée par l'équipe du CHU de Rouen à l'origine de CISMeF. Elle comprend plus de 800 000 références. Plus de 80 000 résumés en français sont également proposés.

PUBMED CENTRAL

www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc

PubMed Central (PMC) est un dépôt numérique d'articles scientifiques du domaine de la santé qui ont été soumis au processus d'évaluation par les pairs (activité collective des chercheurs qui jugent de façon critique les travaux d'autres chercheurs). Les articles sont libres d'accès. L'interface est en anglais, mais il est possible de repérer des articles rédigés en français.

SANTÉCOM

<http://catalogue.santecom.qc.ca>

Le Réseau Santécom rassemble les collections documentaires de 35 bibliothèques spécialisées dans le domaine de la santé et des services sociaux, ainsi que les publications de plus de 50 organismes et groupes de recherche québécois. Santécom est géré par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) et par l'Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS).

Bases de données avec accès réservé aux abonnés

Vous cherchez à approfondir votre recherche d'information en santé ? Bibliothèque et Archives nationales du Québec (BAnQ) permet la consultation à distance de plusieurs bases de données en santé. Nous avons sélectionné celles qui s'adressent à un large public. Notez que certaines ressources sont en anglais uniquement. La langue de l'interface et la langue du contenu de la ressource sont identifiées à la fin de chaque descriptif.

Pour accéder aux bases de données de BAnQ, vous devez être abonné aux services à distance. Pour vous abonner : www.banq.qc.ca/formulaires/abonnement

Pour consulter les ressources à votre disposition sur BAnQ numérique, connectez-vous d'abord à votre dossier en utilisant votre numéro d'abonné et votre mot de passe de la bibliothèque.

Des guides et une sélection des ressources essentielles sont disponibles pour vous accompagner dans vos premiers pas sur la plateforme : <http://numerique.banq.qc.ca/apropos/debuter.html>

CONSUMER HEALTH COMPLETE

<http://numerique.banq.qc.ca/ressources/details/5278>

Base de données regroupant périodiques, ouvrages de référence et sources médicales de diverses natures rassemblés pour répondre aux besoins des utilisateurs et non des professionnels de la santé. Couvre des questions entourant la santé, notamment, la médecine, le cancer, les drogues, l'entraînement physique, la nutrition, la santé des enfants et également les médecines alternatives. Ressource en plusieurs langues.

E-CPS (COMPENDIUM DES PRODUITS ET SPÉCIALITÉS PHARMACEUTIQUES EN LIGNE)

<http://numerique.banq.qc.ca/ressources/details/6020>

Cette base de données permet de consulter plus de 2 000 monographies de médicaments, de vaccins et de produits naturels offerts au Canada. On y trouve des renseignements tels que les indications, les contre-indications, les mises en garde, les effets indésirables, les interactions médicamenteuses et la posologie. Cette ressource comprend également des répertoires (centres antipoison, organismes de santé, fabricants), un outil d'identification des produits et des glossaires. Ressource bilingue.

EM PREMIUM (EMC-CONSULT)

<http://numerique.banq.qc.ca/ressources/details/5297>

Base de données en texte intégral contenant l'ensemble des traités de *L'Encyclopédie médico-chirurgicale* sur les différentes spécialités médicales ainsi que des revues du domaine de la santé. Les traités et les titres des revues médicales disponibles sont identifiés par un carré vert. Interface et contenu en français.

SUGGESTIONS DE LECTURE

VOTRE BIBLIOTHÈQUE NE
POSSÈDE PAS LE LIVRE QUE
VOUS AIMERIEZ CONSULTER ?

INFORMEZ-VOUS SUR LE SERVICE DE
PRÊT ENTRE BIBLIOTHÈQUES.
VOTRE BIBLIOTHÈQUE POURRAIT AINSI
OBTENIR POUR VOUS LE DOCUMENT
DÉSIRÉ D'UNE AUTRE BIBLIOTHÈQUE.

DOCUMENTAIRES

Ouvrages généraux

**SE SOIGNER DU CANCER SANS SE FAIRE TUER**

Jean Bédard. Montréal : Leméac, 2020, 127 p.

Lorsqu'il reçoit le diagnostic d'un cancer agressif et qu'il se voit proposer l'avenue médicale traditionnelle sous peine de mort plus ou moins prochaine, Jean Bédard entreprend une profonde réflexion sur le sens de la vie. Il refuse donc la chimiothérapie et se tourne vers une thérapie naturelle (soutenir la santé plutôt que combattre la maladie), sans être sûr du résultat, mais persuadé qu'il ne peut échouer, car de toute façon la finalité de la vie « ne consiste pas à échapper aux moments décisifs de notre existence mais à les traverser sans se perdre ».

**PLUS FORTS CONTRE LE CANCER**

Christelle Besnard-Charvet. Paris : Robert-Laffond, 2020, 397 p.

Un ouvrage qui présente toutes les facettes du cancer : types, traitements conventionnels et soins de supports. Les auteures, respectivement médecin et journaliste, dressent un panorama des conséquences de cette maladie d'un point de vue physique, psychologique et social tant pour le patient que pour ses proches et aidants afin de leur permettre de traverser cette épreuve du mieux possible.

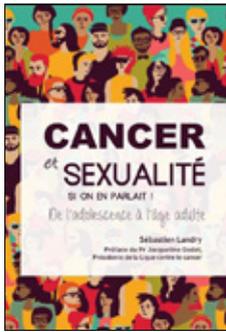
 Aussi disponible sur prenumerique.ca

**LE CANCER, ÇA SE VIT À DEUX**

Rémy Salmon. Paris : Presses du Châtelet, 2020, 293 p.

Le cancérologue propose une approche humaine et sensible de la maladie centrée sur le couple. De façon pédagogique, il explique l'évolution de la pathologie, les traitements mais aussi les nombreuses difficultés que le patient et son entourage doivent surmonter au quotidien hors du champ médical : conserver une vie de couple, garder l'équilibre, prendre en charge les enfants, etc.

 Aussi disponible sur prenumerique.ca



CANCER ET SEXUALITÉ, SI ON EN PARLAIT ! : DE L'ADOLESCENCE À L'ÂGE ADULTE

Sébastien Landry. Paris : Éditions In Press, 2018, 138 p.

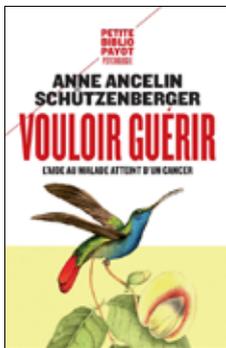
Dans cet ouvrage, l'auteur psycho-sexologue cherche à briser le tabou de la sexualité des personnes atteintes d'un cancer, partage son expérience et propose des solutions. Il s'adresse aux patients adultes et adolescents ainsi qu'aux soignants.



CES ENFANTS QUI VIVENT LE CANCER D'UN PARENT

Nicole Landry-Dattée. Toulouse : Érès éditions, 2017, 159 p.

La psychologue et psychanalyste montre l'intérêt de la parole afin d'atténuer les répercussions psychologiques, et permettre à l'enfant d'accepter la situation d'un proche, père, mère ou de l'un des grands-parents, atteint d'une maladie grave.



VOULOIR GUÉRIR : L'AIDE AU MALADE ATTEINT D'UN CANCER

Anne Ancelin Schützenberger. Paris : Payot & Rivages, 2016, 314 p.

Chacun possède en soi le pouvoir de guérir. En s'appuyant sur ses propres observations, l'auteure, psychothérapeute, expose sa démarche qui consiste à rechercher et développer les conditions les plus favorables à la lutte contre la maladie en stimulant tout d'abord l'envie de vivre.



VIVRE AVEC LE CANCER : COMMENT DEVENIR UN PATIENT «COMPÉTENT»

Nicolas et Hélène Licari. Paris : A2C Médias, 2015, 126 p.

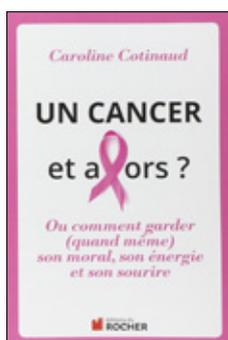
Les auteurs forment un couple confronté au cancer. Leur livre, pudique et touchant, aborde sans rien cacher les étapes de cette maladie qui peut frapper chacun d'entre nous. Des outils d'autoaccompagnement pour devenir un patient «compétent», pour comprendre et affronter la maladie.



VIVRE AU MIEUX AVEC UN CANCER GRÂCE À LA THÉRAPIE COGNITIVE ET COMPORTEMENTALE

Alexandra Meert. Paris : Odile Jacob, 2015, 222 p.

Aide les personnes atteintes d'un cancer à comprendre ce qui se passe en elles, à faire avec la colère, l'effroi, le désespoir et le sentiment d'injustice qui les traversent, et mettre à distance les interprétations négatives. Les thérapies utilisées, comportementales et cognitives, travaillent sur les pensées et sur l'acceptation de la réalité.



UN CANCER, ET ALORS ? OU COMMENT GARDER (QUAND MÊME) SON MORAL, SON ÉNERGIE ET SON SOURIRE

Caroline Cotinaud. Monaco : Rocher, 2015, 196 p.

L'auteure, frappée par la maladie, délivre des conseils pour y faire face, sur un ton humoristique.



Aussi disponible sur prenumerique.ca



COMMENT MIEUX SUPPORTER LES TRAITEMENTS DU CANCER GRÂCE AUX APPROCHES COMPLÉMENTAIRES

Valérie Fossier et Vanessa Kus. Paris : Josette Lyon, 2014, 151 p.

Présentation de pratiques permettant aux patients de mieux tolérer les traitements lourds du cancer et leurs effets secondaires. Les spécialistes proposent l'usage de médecines douces, de l'hypnose, du magnétisme, du reiki, de l'art-thérapie ou de la réalisation de soi pour soulager les patients.



COMMENT PARLER DU CANCER D'UN JEUNE PARENT À SON ENFANT

Léa Ganzel. Paris : Josette Lyon, 2014, 142 p.

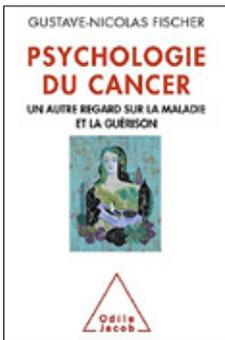
Un guide avec de nombreux conseils pratiques pour parler aux enfants du cancer de leur parent, expliquer les traitements, répondre à leurs inquiétudes, et gérer le quotidien de la famille tout au long des différentes phases de la maladie. Des conseils, trucs et astuces pour aider l'ensemble de la famille à surmonter les épreuves et rester positif malgré les difficultés de la situation.



COMPRENDRE LE CANCER : QUAND UNE CELLULE DÉRAILLE

Filip Lardon. Bruxelles : Mardaga, 2014, 180 p.

Une description du cancer (apparition, développement, conséquences, etc.) et de ses aspects cliniques (diagnostic, perspectives et traitements), illustrée de schémas. Avec des questions-réponses et des conseils de lecture.



PSYCHOLOGIE DU CANCER : UN AUTRE REGARD SUR LA MALADIE ET LA GUÉRISON

Gustave-Nicolas Fischer. Paris : O. Jacob, 2013, 241 p.

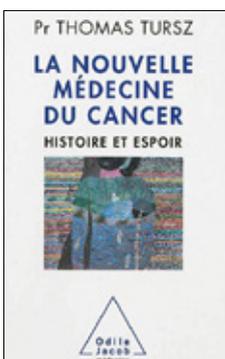
L'auteur, psychologue spécialiste en psychologie de la santé, traite de la dimension psychologique d'un mal multifactoriel. Il fait la synthèse des études scientifiques qui ont cherché à comprendre comment le stress, la gestion des émotions ou l'optimisme pouvaient changer la donne, tant dans la survenue de cette maladie que dans sa guérison. Il montre aussi comment la psychologie offre un regard particulier et bénéfique sur les parcours des malades.



L'EMPEREUR DE TOUTES LES MALADIES : UNE BIOGRAPHIE DU CANCER

Siddhartha Mukherjee. Paris : Flammarion, 2013, 648 p.

Histoire du cancer, de ses multiples formes et de ses traitements. Le cancérologue explique les découvertes médicales, les avancées scientifiques et les thérapies futures permettant de lutter contre cette maladie.



LA NOUVELLE MÉDECINE DU CANCER : HISTOIRE ET ESPOIR

Thomas Tursz. Paris : Odile Jacob, 2013, 252 p.

Un cancérologue fait le point sur l'état des recherches autour du cancer. Il décrit les derniers progrès accomplis dans la connaissance biologique et génétique des tumeurs, les nouveaux médicaments, la thérapie génique, etc., et évoque les perspectives qui s'offrent aux malades à travers la médecine personnalisée qui adapte les traitements en fonction de chaque cas.



CANCER : LE MALADE EST UNE PERSONNE

Antoine Spire et Mano Siri. Paris : O. Jacob, 2010, 261 p.

De la prévention à l'approche de la mort éventuelle, en passant par le dépistage, l'annonce de la maladie et par les traitements et leurs effets, c'est sur la place du malade que nous nous interrogeons et, de son point de vue, sur l'ensemble de la clinique et des thérapeutiques.

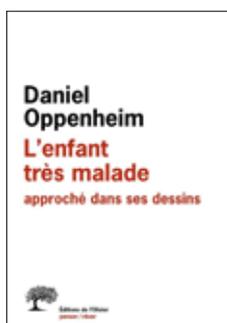


LA FORCE DU LIEN FACE AU CANCER

Marie-Frédérique Bacqué et François Baillet. Paris : O. Jacob, 2009, 396 p.

Un oncologue et une psychologue spécialisée traitent des manifestations physiques et psychiques du cancer. Ils abordent aussi bien le diagnostic, les effets traumatisants de l'annonce, le traitement, ainsi que les angoisses de mort. Ils exposent les divers aspects de la maladie, du corps qui se déforme à l'image de soi qui se détériore, des risques de rechute au suivi du malade guéri.

Cancer chez l'enfant et l'adolescent



L'ENFANT TRÈS MALADE APPROCHÉ DANS SES DESSINS

Daniel Oppenheim. Paris : Éditions de l'Olivier, 2011, 114 p.

Daniel Oppenheim a suivi, durant vingt-cinq ans, des enfants cancéreux. Ces enfants très malades, un psychanalyste peut-il les aider? On les voit ici en présence, enfant et thérapeute, avec leur retenue et leur détermination, et sous l'éclairage que les dessins et leur réception jettent sur l'énigme de ce qu'ils échangent avec une si grande loyauté.

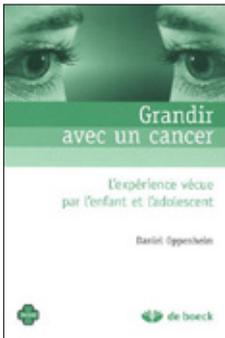
 Aussi disponible sur prenumerique.ca



CANCER : COMMENT AIDER L'ENFANT ET SES PARENTS

Daniel Oppenheim. Bruxelles : De Boeck, 2010. 222 p.

Cet ouvrage souligne l'importance de la relation tissée entre le médecin, le patient et ses parents, son rôle prépondérant dans la prévention des conflits et des dilemmes éthiques, ainsi que les éléments susceptibles de la déstabiliser. Il présente la pratique du psychanalyste auprès des enfants ainsi que les différents types de soutien qu'ils peuvent recevoir. Destiné principalement aux oncologues, pédiatres, psychologues ainsi qu'à tous les professionnels concernés par l'enfant malade et par le cancer, y compris celui de l'adulte, cet ouvrage s'adresse également aux personnes touchées par le cancer ainsi qu'à leurs proches. Livre spécialisé.



GRANDIR AVEC UN CANCER : L'EXPÉRIENCE VÉCUE PAR L'ENFANT ET L'ADOLESCENT

Daniel Oppenheim. Bruxelles : De Boeck, 2009, 227 p.

Cet ouvrage décrit l'expérience vécue par un enfant ou un adolescent traité pour un cancer ainsi que les moyens de l'aider, lui et sa famille, à traverser cette épreuve et apporte ainsi des éléments de réponse à la question de la souffrance de l'enfant et de ses proches. Livre spécialisé.

Cancer de l'appareil digestif

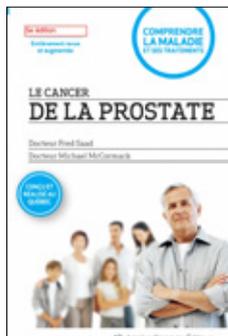


SOS CÔLON : COMMENT ÉVITER LE CANCER DE VOTRE INTESTIN : PRÉVENIR, SOIGNER, GUÉRIR

Jacques Étienne et Bérangère Danigo. Strasbourg : Éditions du Signe, 2010, 168 p.

Prévenir nécessite avant tout une réelle connaissance des signes d'alerte de cette maladie si sournoise. Des possibilités de détection, des soins et la guérison sont maintenant disponibles, avec l'espoir de réduire la mortalité.

Cancer de la prostate

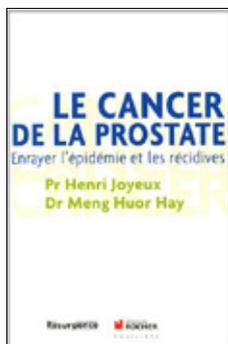


LE CANCER DE LA PROSTATE

Fred Saad et Michael McCormack. Montréal : AP, Annika Parance éditeur, 2019, 223 p.

Ce livre fournit des explications simples, concises et pratiques pour aider à mieux comprendre la maladie. Il représente une source d'information sur la prévention et les causes du cancer de la prostate, sur le diagnostic précoce ainsi que sur les options de traitement qui s'offrent aux patients, leurs effets secondaires et les complications auxquelles elles sont associées.

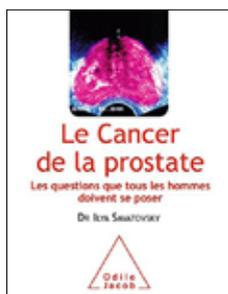
 Aussi disponible sur prenumerique.ca



LE CANCER DE LA PROSTATE: ENRAYER L'ÉPIDÉMIE ET LES RÉCIDIVES

Henri Joyeux et Meng Huor Hay. Monaco : Rocher; Embourg : M. Pietteur, 2011, 350 p.

Cet ouvrage de vulgarisation explique comment prévenir et dépister le cancer de la prostate, qui touche des hommes de plus en plus jeunes. Il mentionne les traitements évitant la chirurgie.

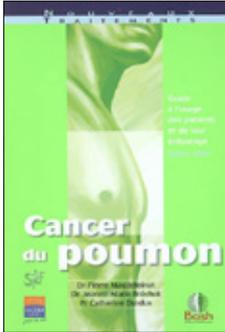


LE CANCER DE LA PROSTATE: LES QUESTIONS QUE TOUS LES HOMMES DOIVENT SE POSER

Ilya Savatovsky. Paris : O. Jacob, 2011, 144 p.

Ce livre, écrit par un chirurgien urologue, est destiné à aider les patients atteints par cette maladie et, plus largement, à tous les hommes soucieux de leur santé. Comment bien choisir son urologue? Son chirurgien? Quels examens sont indispensables et lesquels ne le sont pas? En cas de maladie déclarée, la chimiothérapie est-elle inévitable? La qualité de vie sera-t-elle affectée pour toujours? Du dépistage aux traitements, des conseils et des réponses aux questions que vous vous posez sur la maladie, son évolution, ses différentes formes, et sur la qualité de vie après la guérison.

Cancer du poumon



CANCER DU POUMON : GUIDE À L'USAGE DES PATIENTS ET DE LEUR ENTOURAGE

Pierre Magdeleinat, Jeanne-Marie Bréchet et Catherine Durdux. Paris : Bash, 2006, 2^e éd., 192 p.

Ce guide aide à mieux comprendre ce qui arrive et à formuler les interrogations. Cependant, ce guide ne remplacera pas le dialogue que l'on peut avoir avec le médecin. Il permet de mieux percevoir les indications qui sont données.

Cancer du sein



CONFIDENCES ET VÉRITÉS SUR LE CANCER DU SEIN

Krishna B. Clough. Paris : Larousse, 2020, 153 p.

L'auteur, chirurgien spécialiste du cancer du sein, dénonce les fausses croyances associées à cette maladie. Il déculpabilise les malades en expliquant qu'il s'agit d'un accident de la vie et non d'une punition pour avoir mangé trop de sucre ou avoir pris la pilule, comme le font croire ceux qu'il appelle les nouveaux gourous du bien-être.

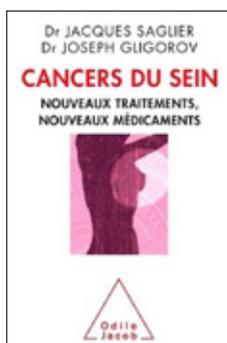
 [Aussi disponible sur prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)



ANTICANCER DU SEIN : PRÉVENIR ET ACCOMPAGNER

Bérangère Arnal-Morvan et Martine Laganier. Paris : Eyrolles, 2015, 183 p.

Un guide pour faire face à la maladie, à ses symptômes douloureux et à la lourdeur des traitements. Des conseils à mettre en œuvre au quotidien sur l'alimentation, la pratique d'un exercice physique ou la vigilance à l'égard des médicaments et des pistes thérapeutiques (phytothérapie, homéopathie ou oligothérapie) pour tenter de contrer les effets secondaires.



CANCERS DU SEIN : NOUVEAUX TRAITEMENTS, NOUVEAUX MÉDICAMENTS

Jacques Saglier et Joseph Gligorov. Paris : Odile Jacob, 2015, 300 p.

Cet ouvrage contient des recommandations pour anticiper les risques de cancer du sein et bénéficier du meilleur traitement possible adapté à son cas. Il présente les grandes avancées sur les connaissances de la maladie et explique les différents traitements.



CANCER DU SEIN

J.M. Dixon. Montréal : Modus Vivendi, 2014, 257 p.

Cet ouvrage vous fournit de nombreuses informations pour vous permettre de comprendre le cancer du sein, du dépistage à la reconstruction, et répondre à vos questions dans un langage simple.



CANCER DU SEIN : PRÉVENTION ET ACCOMPAGNEMENT PAR LES MÉDECINES COMPLÉMENTAIRES

Bérengère Arnal et Martine Laganier. Paris : Eyrolles, 2011, 195 p.

Pistes et conseils pratiques pour faciliter les bons choix : mieux s'alimenter, agir sur son environnement, faire de l'exercice, gérer son stress, être attentive aux médicaments que l'on prend, etc. Comment mieux supporter les traitements allopathiques – chirurgie, chimiothérapie, radiothérapie, etc. – grâce à la phytothérapie, à l'homéopathie, à l'oligothérapie ou à l'aromathérapie.

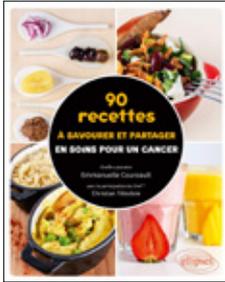


VIVRE LE CANCER DU SEIN... AUTREMENT

Thierry Janssen. Paris : Pocket, 2010, 157 p.

Au-delà de la question du diagnostic et des traitements, l'auteur Thierry Janssen, médecin et psychothérapeute spécialisé dans l'accompagnement des malades, propose un cheminement personnel. Apprendre à mieux se connaître, réussir à exprimer ses peurs face à la maladie, clarifier ses relations avec son conjoint, ses enfants, ses parents et ses amis, choisir un traitement adapté et rester, quoi qu'il arrive, l'actrice principale de sa guérison.

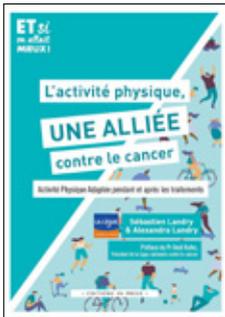
Mode de vie sain



90 RECETTES À SAVOURER ET PARTAGER EN SOINS POUR UN CANCER

Emmanuelle Coureault. Paris : Ellipses, 2020, 159 p.

Des recettes authentiques, économiques et faciles à préparer afin d'élaborer des plats réconfortants et nourrissants pour les patients cancéreux et leurs proches. Un code couleur indique les symptômes auxquels les recettes sont les plus adaptées, comme les troubles de la déglutition, la perte de goût ou d'odorat, les nausées ou encore la mucite.



L'ACTIVITÉ PHYSIQUE, UNE ALLIÉE CONTRE LE CANCER : ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE PENDANT ET APRÈS LES TRAITEMENTS

Sébastien Landry et Alexandra Landry. Paris : Éditions In Press, 2020, 150 p.

Ce guide propose de mieux comprendre pourquoi l'exercice physique est important dans le cadre d'un traitement global d'un cancer. Il donne des pistes et des conseils pratiques pour l'inclure et tirer bénéfice de ses bienfaits contre les effets secondaires des traitements, pour avoir un meilleur moral ou diminuer les risques de récives.

 Aussi disponible sur prenumerique.ca



CANCER : LES PLANTES À ÉVITER... OU PAS !

Lilli Carat. Monaco : Éditions Alpen, 2019, 278 p.

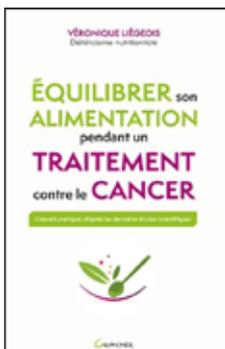
Le point sur la place de la phytothérapie dans la prise en charge du cancer : si les chimiothérapies les plus efficaces sont élaborées à partir de principes actifs végétaux, les plantes interviennent également dans les soins complémentaires qui permettent de mieux tolérer les traitements et d'améliorer la qualité de vie des patients.



COMMENT VIVRE SON CANCER AU QUOTIDIEN : MON COMPAGNON DE ROUTE DE L'ANNONCE DE LA MALADIE À LA RÉSILIENCE

Caroline Paupichet-Burnouf et Claire Delvaux (ill.). Paris : Éditions de La Martinière, 2018, 159 p.

À partir de son expérience personnelle de la maladie, l'auteure propose des réponses aux problématiques rencontrées par les femmes atteintes de cancer. Elle rassemble des informations pratiques, des conseils mais aussi des témoignages de femmes en voie de rémission pour aider à mieux lutter contre la maladie.



ÉQUILIBRER SON ALIMENTATION PENDANT UN TRAITEMENT CONTRE LE CANCER

Véronique Liégeois. Escalquens : Grancher, 2017, 210 p.

L'auteure présente les aliments riches en antioxydants, en polyphénols et en vitamines et donc efficaces dans les traitements contre le cancer. Elle propose également des conseils pratiques et des recettes pour adapter son alimentation en cas de nausées, de perte d'appétit, d'hypersensibilité aux odeurs ou de troubles digestifs.



CANCER, UN ACCOMPAGNEMENT QUI CHANGE TOUT ! : DEUX MÉDECINS PRÉCURSEURS PARTAGENT LEUR EXPÉRIENCE

Alain Dumas et Éric Ménat. Gollion : La Source vive éditions, 2015, 351 p.

Les auteurs présentent les remèdes naturels qui permettent d'aider les malades à mieux supporter les effets secondaires tout en optimisant les traitements classiques du cancer. Les protocoles qu'ils proposent se font toujours dans le respect des traitements hospitaliers. Par ailleurs, l'aspect nutritionnel et diététique est largement développé aux différents stades de la prise en charge. Ce livre s'adresse aussi bien au grand public qu'aux soignants qui veulent connaître les pistes sérieuses et raisonnables à envisager dans ces situations difficiles.

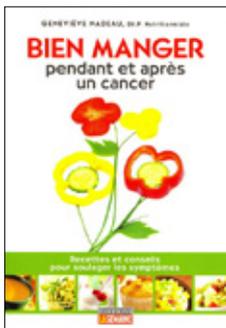


MIEUX S'ALIMENTER PENDANT ET APRÈS UN CANCER : PLUS DE 150 RECETTES SAINES ET DÉLICIEUSES

Jean Lamantia et Neil Berinstein. Montréal : Trécarré, 2015, 336 p.

Cet ouvrage favorisera la réussite du plan thérapeutique en aidant les patients, avec leurs soignants, à comprendre le rôle que joue la nutrition pendant ce processus et en fournissant des stratégies nutritionnelles pour gérer les effets secondaires ainsi que les pathologies concurrentes. Ce livre répond aux questions de base que se poseront les patients au sujet du cancer, énumère les étapes qu'ils doivent traverser, propose un survol des thérapies complémentaires et recommande des pratiques d'alimentation saines qui aideront à prévenir les récurrences.

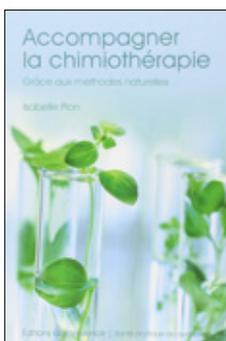
 Aussi disponible sur prenumerique.ca



BIEN MANGER PENDANT ET APRÈS UN CANCER

Geneviève Nadeau. Montréal : La Semaine, 2011, 231 p.

L'appétit et le goût de bien manger ne sont pas toujours au rendez-vous chez les personnes atteintes de cancer. En plus du diagnostic et de l'exigence des traitements, les gens qui combattent le cancer composent avec plusieurs symptômes et effets secondaires : bouche sèche, nausées, constipation, fatigue. La nutritionniste Geneviève Nadeau propose des recettes et des conseils pour soulager les symptômes.



ACCOMPAGNER LA CHIMIOTHÉRAPIE GRÂCE AUX MÉTHODES NATURELLES

Isabelle Pion. Aubagne : Quintessence, 2011, 191 p.

En complémentarité avec la chimiothérapie, ce livre propose d'améliorer résistance et qualité de vie par des méthodes naturelles issues de la démarche naturopathique (phytothérapie, alimentation, nutrithérapie, mais aussi relaxation, yoga, etc.), et crée ainsi une passerelle entre deux mondes qui ont tendance à s'ignorer. Ce livre permet aux malades et à leurs familles de mieux comprendre le traitement proposé ainsi que la maladie qu'ils traversent sous ses aspects essentiels (physiologiques, mais aussi émotionnels et psychologiques), leur donnant ainsi les moyens de piloter et non plus de subir cette période.



FAIRE FACE AU CANCER AVEC LA PENSÉE RÉALISTE

Josée Savard. Montréal : Flammarion Québec, 2010, 268 p.

La psychologue et chercheuse en psycho-oncologie Josée Savard propose d'aborder le cancer suivant la pensée réaliste qui favorise l'adaptation de la personne à la maladie en l'amenant à percevoir sa situation telle qu'elle est, tout en espérant que le meilleur survienne. Cette approche est basée sur les préceptes de la thérapie cognitive-comportementale. Tous les aspects psychologiques liés au diagnostic et au traitement du cancer sont analysés en profondeur : la culpabilité et la dépression, l'anxiété et la peur de la mort. L'auteure offre des stratégies et des conseils afin de diminuer la détresse psychologique et d'améliorer la qualité de vie.

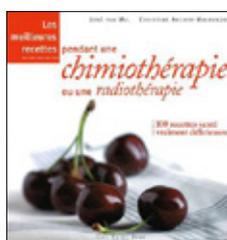
 Aussi disponible sur prenumerique.ca



ANTICANCER : LES GESTES QUOTIDIENS POUR LA SANTÉ DU CORPS ET DE L'ESPRIT

David Servan-Schreiber. Paris : Robert Laffont, 2010, 2^e éd., 416 p.

La thèse principale du docteur David Servan-Schreiber est que nous pouvons significativement fortifier nos défenses naturelles contre les maladies en général – et le cancer en particulier. Cette théorie a été confirmée par des études qui ont été intégrées à cette deuxième édition. L'auteur retrace ici les aventures scientifiques qui ont mené à cette nouvelle approche et propose une pratique de prévention et d'accompagnement des traitements classiques pour se construire une biologie anticancer.



LES MEILLEURES RECETTES PENDANT UNE CHIMIOTHÉRAPIE OU UNE RADIOTHÉRAPIE

José van Mil et Christine Archer-Mackenzie. Laval : Guy Saint-Jean, 2010, 175 p.

Des recettes conçues spécifiquement pour les personnes suivant un traitement de chimiothérapie ou de radiothérapie et adaptées à leurs besoins. Les patients en traitement doivent composer avec les changements qui affectent leur appétit et leur goût, en plus des douleurs occasionnelles à la bouche, de la difficulté à déglutir ou des nausées. Plus de 100 recettes, divisées par texture (onctueuse à tendre, en passant par croustillante ou ferme) et par température, afin d'inciter ceux qui en ont le plus besoin à bien se nourrir, selon leurs envies et leurs capacités.



MIEUX VIVRE UNE CHIMIOTHÉRAPIE : SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE, CONSEILS ALIMENTAIRES, RECETTES DE BEAUTÉ

Astrid Le Mintier. Paris : Flammarion, 2004, 272 p.

L'auteure, qui a elle-même été confrontée au cancer, apporte des réponses claires et pratiques à tous les problèmes qui peuvent se poser durant cette phase de la maladie. Chute de cheveux, répercussion du traitement sur les intestins, la peau, la sexualité, le moral... de nombreux sujets sont abordés. Être renseigné sur les différents aspects du traitement permet avant tout aux malades, mais également à leurs proches, de mieux appréhender la chimiothérapie. À travers cet ouvrage, fruit d'une expérience vécue, les soignants seront aussi à même de mieux comprendre ce que vivent leurs malades.

La vie après le cancer



APRÈS LA MALADIE, LE TRAVAIL : COMMENT REPREDRE UNE TRAJECTOIRE PROFESSIONNELLE APRÈS LE CANCER ?

Géraldine L. Magnier. Paris : Enrick B éditions, 2018, 142 p.

S'adressant aux malades en rémission qui se questionnent sur la reprise du travail après la maladie, l'ouvrage livre une analyse des problématiques et enjeux et propose des idées pragmatiques, des conseils simples ainsi que des aides au cheminement pour reprendre sereinement une activité professionnelle.



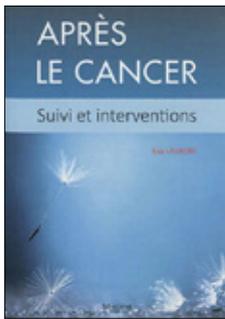
Aussi disponible sur prenumerique.ca



JE REBONDIS APRÈS MON CANCER

Magali Mertens de Wilmars et Aurélie de La Pontais (ill.). Genève et Saint-Julien-en-Genevois : Jouvence éditions, 2018, 103 p.

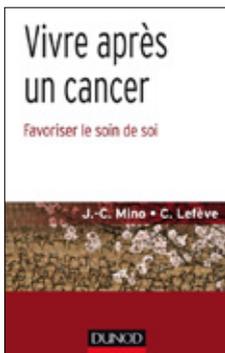
Magali Mertens de Wilmars travaillait dans le domaine de la communication quand elle a appris, enceinte, qu'elle avait un cancer. Elle a su transformer sa douloureuse expérience en force pour accompagner d'autres patients en devenant coach professionnelle.



APRÈS LE CANCER : SUIVI ET INTERVENTIONS

Sous la direction de **Guy Laurent**. Paris : Maloine, 2017, 136 p.

Le point sur la période après cancer pour les anciens malades. L'auteur donne des pistes pour améliorer le quotidien, l'hygiène de vie, faciliter le retour au travail. Il évoque également la suite des soins, la surveillance mise en place ou les inégalités de santé. Livre spécialisé.



VIVRE APRÈS UN CANCER : FAVORISER LE SOIN DE SOI

Jean-Christophe Mino et Céline Lefève. Paris : Dunod, 2016, 175 p.

Les auteurs, respectivement médecin et maître de conférences en philosophie de la médecine, éclairent les conséquences de la maladie sur le rapport à l'existence ainsi que les conditions du retour à la vie quotidienne après le traitement. Ils se fondent sur le témoignage de femmes ayant connu la difficile expérience du cancer du sein. Ils soulignent également la nécessité pour ces personnes de prendre soin d'elles et de soutenir le soin au-delà de la maladie.



UNE SECONDE CHANCE : QUELLE VIE APRÈS LE CANCER ?

Pierre Tillement. Paris : Ellébore, 2012, 230 p.

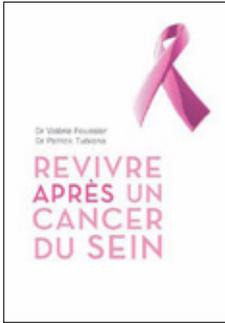
Des conseils d'un médecin, guéri d'un cancer, pour améliorer les conditions de sa convalescence.



L'APRÈS-CANCER : VOS QUESTIONS, NOS RÉPONSES

Marina Carrère d'Encausse, Michel Cymes et Gilles Freyer. Paris : Hachette pratique, 2011, 158 p.

Douleurs, fatigue, vie professionnelle, sexualité, repousse des cheveux, séquelles des traitements. Les réponses aux questions les plus fréquentes sur l'après-cancer.



REVIVRE APRÈS UN CANCER DU SEIN

Valérie Foussier et Patrick Tubiana. Paris : J. Lyon, 2011, 259 p.

Cet ouvrage, écrit par deux médecins travaillant en équipe pluridisciplinaire auprès de femmes atteintes d'un cancer, explique comment emprunter le chemin de la reconstruction physique et psychologique. Des réponses, des témoignages, des conseils.

RÉCITS DE VIE, BIOGRAPHIES ET TÉMOIGNAGES

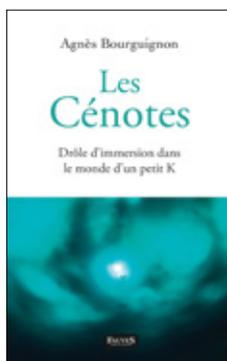


ON NE MEURT PAS À CINQ ANS

Fadila Benahmed. Paris : L'Archipel, 2020, 205 p.

Yanis, 5 ans, est atteint de neuroblastome, le cancer le plus dangereux chez l'enfant après la leucémie. La lutte de sa famille contre la maladie est retracée, du point de vue de l'enfant et des parents.

 Aussi disponible sur prenumerique.ca



LES CÉNOTES : DRÔLE D'IMMERSION DANS LE MONDE D'UN PETIT K

Agnès Bourguignon. Paris : Fauves éditions, 2020, 149 p.

L'auteure raconte son expérience de patiente diagnostiquée d'un cancer du sein, qualifié de petit par son médecin, et sa découverte d'un monde parallèle aux côtés de femmes qui l'ont accompagnée dans un parcours initiatique qui lui permet, une fois guérie, d'avoir le sentiment de savoir distinguer ce qui est réellement essentiel.

 Aussi disponible sur prenumerique.ca



QUAND LE CANCER S'IMPOSE EN PLEINE GROSSESSE : NOUS NE T'AVIONS PAS INVITÉ

Juliette BW. Paris : Harmattan, 2020, 208 p.

À 36 ans, l'auteure apprend qu'elle est atteinte d'un cancer du sein alors qu'elle est enceinte de huit mois. Elle relate cette épreuve, de son combat quotidien contre la maladie à sa difficile reconstruction en passant par le soutien de sa famille et son retour au travail.

 Aussi disponible sur prenumerique.ca



ACCORDAGE(S) : APPRENDRE DU CORPS

Aurélie Damarey-Dury. Paris : Harmattan, 2020, 230 p.

Aurélie apprend à 37 ans qu'elle a un cancer du côlon. Démunie face à la maladie et ne sachant exprimer verbalement ce qu'elle ressent malgré son métier de psychologue, elle se tourne vers Christine, professeure de danse contemporaine pour renouer avec son corps, entendre son langage corporel et accorder ses mots avec ses ressentis physiques. Elles font le récit à deux voix de ce parcours.



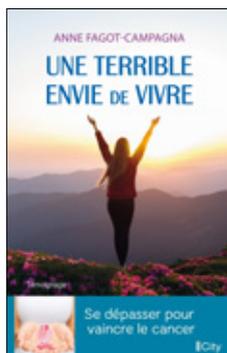
Aussi disponible sur prenumerique.ca



UN CANCER PAS SI GRAVE

Géraldine Dormoy. Paris : Pocket, 2020, 373 p.

L'auteure décrit une année de combat contre le cancer du sein, de l'annonce du diagnostic jusqu'aux traitements suivis en passant par l'évolution de son rapport à la mode, à sa sexualité ou encore à son alimentation.



UNE TERRIBLE ENVIE DE VIVRE

Anne Fagot-Campagna. Bernay : City roman, 2020, 301 p.

Atteinte d'un cancer du sein, Anne, médecin passionnée d'alpinisme, voit son quotidien bouleversé par un lourd traitement médical. Elle se fait de nouvelles amies durant ses séjours à l'hôpital, avec qui elle imagine le projet de passer une semaine en montagne. Un an plus tard, malgré leur maladie, neuf femmes réalisent ce défi en gravissant les Alpes.



Aussi disponible sur prenumerique.ca



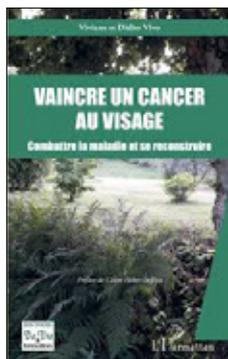
SÉNOGRAPHIE : TOUCHES DE VIES AVEC UN CANCER DU SEIN

Margarita Perea Zaldivar. Paris : Harmattan, 2020, 103 p.

Atteinte d'un cancer du sein, l'auteure a rencontré des dizaines de femmes atteintes de cette tumeur. Elle rend compte de ces échanges, de leur vécu, des examens médicaux comme du quotidien.



Aussi disponible sur prenumerique.ca



VAINCRE UN CANCER AU VISAGE : COMBATTRE LA MALADIE ET SE RECONSTRUIRE

Viviane et Didier Vivo. Paris : Harmattan, 2020, 228 p.

Le couple retrace les dix années de lutte durant lesquelles Viviane fut atteinte d'un cancer du visage. Soumise à des opérations chirurgicales destructrices indispensables à sa guérison puis à des opérations de reconstruction, elle puise dans sa force de caractère ainsi que dans le soutien de sa famille et de ses amis pour garder le morale durant cette épreuve.

 [Aussi disponible sur prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)



L'IMPOSSIBLE EST MON ESPOIR : UNE HISTOIRE DE RÉSILIENCE

Charlotte Husson. Vanves : Marabout, 2019, 231 p.

L'auteure, touchée à 27 ans par un cancer avancé de l'ovaire, raconte son combat contre la maladie et le déclic psychologique né de cette expérience. En rémission, elle se lance dans l'entrepreneuriat en créant une start-up et un vestiaire engagé, Mister K. Elle donne des conseils pour se motiver au quotidien et pour oser mener des projets riches de sens.

 [Aussi disponible sur prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)



TATOUÉE SUR LE CŒUR

Francine Laplante. Montréal : les Éditions de l'Homme, 2019, 220 p.

Février 1998. Francine Laplante voit sa vie changer à jamais lorsque son fils François-Karl, alors âgé de 5 ans, reçoit le diagnostic d'un cancer virulent. Sous le choc, elle fait la promesse de consacrer sa vie à aider les petits malades si son garçon recouvre la santé. Depuis, elle accompagne des enfants et de jeunes adultes en soins palliatifs. Chaque fois, elle constate que le cancer ne discrimine personne.

 [Aussi disponible sur prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)



LE GOUFFRE LUMINEUX

Anick Lemay. Montréal : Urbania, 2019, 117 p.

Le 5 mars 2018, Anick Lemay est foudroyée par la nouvelle que redoutent toutes les femmes : on lui diagnostique un cancer du sein. Un gouffre abyssal s'ouvre alors sous ses pieds. Actrice bien connue au Québec, elle sait qu'elle ne pourra pas vivre ce cauchemar en privé. Elle a alors l'impulsion de raconter la maladie et sa guérison à sa façon, à travers une série de chroniques authentiques, crues, pleines de beauté, publiées sur le site urbania.ca.



LE VOYAGE DE MISS NORMA : IL N'EST JAMAIS TROP TARD POUR SE LANCER

Tim Bauerschmidt et Ramie Liddle. Paris : JC Lattès, 2018, 267 p.

À l'annonce de son cancer, Miss Norma, 90 ans, refuse la chimiothérapie et décide de partir en voyage en camping-car avec son caniche, son fils, sa belle-fille. Ces derniers racontent leur année sur les routes des États-Unis, avant le décès de Miss Norma.

 [Aussi disponible sur prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)

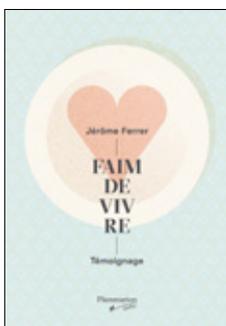


STADE 4 : MA VIE AVEC LE CANCER

Alyson Beauchesne-Lévesque. Montréal : Les Éditions de l'Homme, 2018, 173 p.

Dans ce livre tout simple, teinté d'humour et d'émotion, Alyson Beauchesne-Lévesque raconte en mots et en images la tournure que prend sa vie à partir de la découverte du diagnostic jusqu'à aujourd'hui, où elle tente de savourer chaque seconde qui passe.

 [Aussi disponible sur prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)



FAIM DE VIVRE

Jérôme Ferrer. Montréal : Flammarion Québec, 2018, 181 p.

Quand le cancer s'invite à table, même un grand chef se sent démuni. Jérôme Ferrer l'a vécu lorsque Virginie, avec qui il s'apprêtait à fonder une famille, a appris qu'elle avait un cancer du poumon de stade 4. Plongé dans un combat injuste, il a affronté la maladie avec les armes qui sont les siennes : le plaisir de cuisiner des plats assaisonnés de souvenirs et de tendresse.

 [Aussi disponible sur prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)

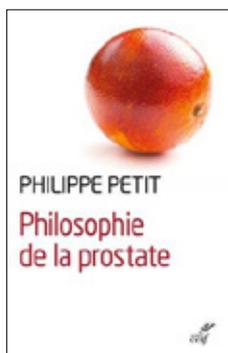


MAESTRIA : RÉCIT D'UNE VIOLONISTE ET SON CHIRURGIEN

Danielle Ouellet. Outremont : Les Éditions du Passage, 2018, 221 p.

Ouvrage à la fois scientifique et pratique, ce livre dresse le portrait le plus juste possible des cancers liés à des mutations génétiques héréditaires. Avec pour toile de fond le témoignage de la célèbre violoniste Anne Robert, à qui un cancer du sein a été diagnostiqué en 2009, cet ouvrage est un guide qui offre des ressources tant aux patients qu'à leurs familles.

 Aussi disponible sur prenumerique.ca



PHILOSOPHIE DE LA PROSTATE

Philippe Petit. Paris : Les Éditions du Cerf, 2018, 263 p.

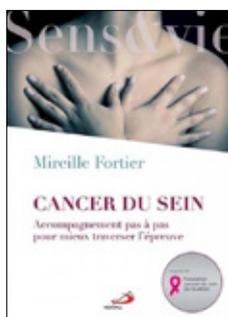
Le philosophe raconte son expérience de l'ablation de la prostate, son enfance blessée et sa vie avant et après cet acte chirurgical. Il s'interroge tour à tour sur la théologie de la chair, la métaphysique du corps, l'épistémologie de la médecine, mai 1968, les soubresauts de l'ordre moral, en s'appuyant notamment sur les textes de Pascal, Cabanis, Nietzsche et Deleuze.



PRESSEZ ICI, J'AI BESOIN D'ÊTRE AIMÉE

Majoly Dion. Brossard : Un Monde différent, 2017, 189 p.

L'auteure se met à nu, ouvre son cœur en partageant avec nous des histoires de vie, pas toujours roses, certes, mais remplies d'une grande sagesse, soulignées par un clin d'œil de réflexions, d'introspection, de guide pratique. Elle a su transcender les épreuves difficiles, et elle nous offre les apprentissages qui lui ont réussi, et qui à ce point, lui permettent de grandir, et d'inspirer d'autres personnes.



CANCER DU SEIN : ACCOMPAGNEMENT PAS À PAS POUR MIEUX TRAVERSER L'ÉPREUVE

Mireille Fortier. Montréal; Paris : Médiaspaul, 2017, 347 p.

Ce livre est un guide pour accompagner les femmes qui viennent d'être diagnostiquées et vont devoir faire face à un combat acharné sur le plan physique, psychologique et social. Elle-même rescapée de ce parcours, l'auteure veut mettre à la disposition des personnes, son expérience et offrir des outils pratiques et compréhensibles pour mieux aborder les différentes étapes du processus de traitement et assurer aux patientes une meilleure compréhension du dispositif médical et les rendre maîtresses de leur histoire.



UN JOUR, TU RACONTERAS CETTE HISTOIRE

Joyce Maynard. Paris : Philippe Rey, 2017, 430 p.

La romancière raconte comment sa rencontre avec Jim, à 55 ans, lui a redonné foi en l'amour. Trois ans plus tard, leur bonheur est bouleversé par l'annonce d'un cancer du pancréas chez Jim. Elle évoque la lutte contre la maladie, les instants de découragement et les espoirs de guérison, mettant en avant la force de l'amour qui les unissait.



MALIGNE

Noémie Caillault, Morgan Perez, Gabor Rassov et Caroline Verdu. Paris : Payot, 2016, 93 p.

Quand on a 27 ans et qu'on apprend qu'on a une boule de six centimètres dans le sein gauche, forcément, on a peur. Et puis on se bagarre. Et on pleure. Et on en rit. *Maligne*, c'est l'histoire de Noémie. C'est l'histoire de l'imprévu. C'est l'histoire d'un corps. C'est l'histoire d'une jeune femme qui se bat contre le cancer avec la plus belle des armes : l'amour de la vie.



Aussi disponible sur prenumerique.ca



TU N'ES PAS SEULE : L'EXPÉRIENCE DU CANCER : PAROLES DE FEMMES

Collectif dirigé par Dominique Lanctôt. Montréal : Éditions de l'Homme, 2015, 288 p.

Tu n'es pas seule réunit les témoignages de 18 femmes qui ont traversé l'épreuve du cancer. Elles transmettent ici leur expérience sans chercher à en minimiser la difficulté. Chacune a vécu une profonde remise en question de ses valeurs et de ses priorités; chacune s'est retrouvée face à sa propre finitude, ce qui a donné une intensité accrue à son présent.



PASSEPORT POUR LE CANCER : UN 36B DANS LE BLIZZARD

Carole Ménard. Montréal : Éditions La Semaine, 2015, 215 p.

Ce livre fait voir le cancer sous un éclairage humoristique. La veille de son soixantième anniversaire, Carole Ménard apprend qu'elle a un cancer du sein. Échelonné sur un an, son récit entraîne le lecteur dans les coulisses du traitement de la maladie et le quotidien d'une célibataire aux prises avec les aléas parfois dramatiques, souvent comiques, de ce voyage au pays du cancer.



LIGNE DE VIE: LA DERNIÈRE LEÇON D'UN PROF HORS NORME

Davis Menasche. Paris : Delapierre, 2015, 207 p.

En 2006, à l'âge de 34 ans, l'auteur, professeur de littérature dans un lycée à Miami, apprend qu'il est atteint d'une tumeur au cerveau. Se sachant condamné, il entreprend un voyage à travers les États-Unis pour rendre visite à ses anciens élèves avec lesquels il a pu reprendre contact via les réseaux sociaux.

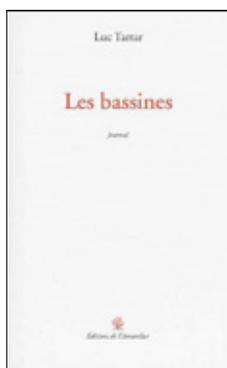


MAMAN EST UNE ÉTOILE

Mylène Moisan. Montréal, Québec : Les Éditions La Presse, 2015, 265 p.

L'histoire de Jolyane Fortier a touché des milliers de lecteurs quand la chroniqueuse du *Soleil* Mylène Moisan l'a racontée dans un texte intitulé « Maman est une étoile ». Passionnée de la vie, follement amoureuse de son conjoint et mère comblée de deux jeunes garçons, Jolyane est décédée d'un cancer du sein à 31 ans. Ce livre présente une jeune femme lucide et courageuse, qui a elle-même construit son legs à ses fils en écrivant, en dessinant et en documentant ses derniers mois sur Terre, pour qu'ils puissent la retrouver une fois qu'ils seront plus grands, quand elle ne serait plus là.

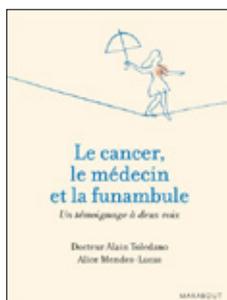
 Aussi disponible sur prenumerique.ca



LES BASSINES

Luc Tartar. Paris : Édition de l'Amandier, 2015, 211 p.

L'auteur livre son parcours face au cancer. Il raconte comment il affronte, avec courage et espérance, la déchéance de son père atteint par la maladie d'Alzheimer, la chute progressive de sa mère obnubilée par le mal qui frappe son mari, et sa propre maladie, qui vient d'être diagnostiquée.



LE CANCER, LE MÉDECIN ET LA FUNAMBULE

Alain Toledano et Alice Mendes-Lucas. Vanves : Marabout, 2015, 183 p.

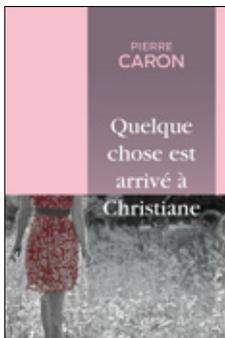
Ce livre est une histoire d'amitié entre une femme et un médecin, mais aussi un témoignage-vérité sur tous les aspects de la maladie, pour aider les femmes à mieux comprendre ce qui se passe, et comment se protéger et se défendre.



UN SINGULIER PÈLERINAGE : UNE TRAVERSÉE DU CANCER

Christine Bail. Paris; Montréal : Médiaspaul, 2014, 188 p.

L'auteure fait le récit de son combat contre le cancer du sein, de ses séjours à l'hôpital et des séances de chimiothérapie. En parallèle, elle relate ses pèlerinages à Lourdes et Fatima qu'elle a effectués six mois avant que la maladie ne se déclare. Avec le recul, l'auteure voit en ces deux expériences humaines et spirituelles un lien de confiance et d'abandon.



QUELQUE CHOSE EST ARRIVÉ À CHRISTIANE

Pierre Caron. Montréal : Recto-Verso, 2014, 154 p.

Une femme apprend qu'elle a le cancer des ovaires. Enseignante, elle est l'épouse de l'écrivain Pierre Caron. Avec beaucoup de pudeur, mais sans retenue, Caron dresse le récit des derniers mois de cette femme qu'il aime depuis quatre décennies. Récit émouvant d'un homme qui revoit son passé avec la femme qu'il refuse d'abandonner à la mort. Récit touchant d'un couple d'amoureux qui se bat jusqu'à l'inévitable.



DIS MAMAN, ILS SONT OÙ TES BOBOS ? 30 ANS, 2 ENFANTS, 1 BOULOT ET... 1 CANCER

Isabelle Denervaud et Isabelle Viennois. Paris : Albin Michel, 2014, 218 p.

Témoignages de deux jeunes femmes actives et mères qui apprennent qu'elles ont un cancer.

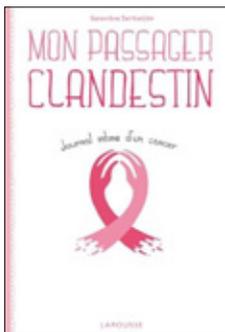


CHRONIQUE D'UN CANCER ORDINAIRE: MA VIE AVEC IGOR

Dominique Demers. Montréal : Québec Amérique. 2014, 187 p.

Pour mieux dompter, apprivoiser et haïr tout à la fois la tumeur maligne qui s'était incrustée dans son sein, l'auteure Dominique Demers a choisi de lui donner un nom : Igor. Elle livre ici la chronique de cette période charnière, rédigée sous forme de courts billets parfois drôles et parfois déchirants : autant d'instantanés de moments clés, depuis cette sieste fatidique où elle a repéré la masse, le fameux et monstrueux Igor, jusqu'à l'orée de sa rémission. Car, en plus d'être un récit qui propose des réflexions éclairantes pour qui côtoie la réalité du cancer, c'est une histoire qui finit bien.

 Aussi disponible sur prenumerique.ca



MON PASSAGER CLANDESTIN: JOURNAL INTIME DU CANCER DU SEIN

Geneviève Dermenjian. Paris : Larousse. 2014, 190 p.

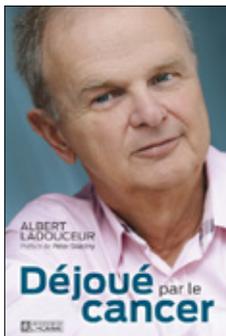
Témoignage d'un combat contre le cancer : de l'annonce du diagnostic à la rémission.



DANS MON CORPS: VOYAGE JUSQU'AU BOUT DE MA VIE

Kristian Gidlund. Paris : Presses de la Cité, 2014, 358 p.

Percussionniste et écrivain, Kristian Gidlund témoigne de son quotidien et de sa lutte contre un cancer de l'estomac, diagnostiqué début 2011. Décédé à l'automne 2013, ce récit relate son combat, partage ses émotions, ses questionnements, ses peurs, sa volonté de guérir.



DÉJOUÉ PAR LE CANCER

Albert Ladouceur. Montréal : Éditions de l'Homme, 2014, 181 p.

Le journaliste sportif Albert Ladouceur cherche, explique, se questionne et accepte son sort malgré tous les bouleversements que le cancer apporte.

 Aussi disponible sur prenumerique.ca



AH SHIT, J'AI POGNÉ LE CANCER, TOME 2

Maude Schiltz. Boucherville : Éditions de Mortagne, 2014, 376 p.

Si j'ai accepté qu'on publie le second volet de ma correspondance intime, c'est que j'aurais moi-même eu besoin de lire un livre qui m'aurait montré ce qui m'attendait, qui aurait répondu à plein de mes questions, qui m'aurait expliqué ma maladie de façon simple et qui m'aurait fourni des astuces pour faciliter ma routine de cancéreuse.



UN SEIN EN MOINS! ET APRÈS...

Dany Tremblay. Chicoutimi : Éditions JLC, 2014, 253 p.

Ce témoignage s'adresse autant aux femmes qui n'ont jamais reçu un diagnostic de cancer du sein qu'à celles qui vivent actuellement ce moment pénible et qui ne savent pas toujours à quoi s'attendre. Dans ce cas, il guidera aussi leurs proches pas à pas dans l'univers de l'auteure et enseignante Dany Tremblay.

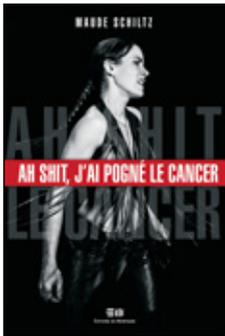
 Aussi disponible sur prenumerique.ca



SE BATTRE JUSQU'AU BOUT

Lisa Niemi-Swayze. Neuilly-sur-Seine : Michel Lafon, 2013, 378 p.

La femme de l'acteur, danseur et producteur américain Patrick Swayze raconte le quotidien de son combat acharné contre la maladie et la mort de son mari. Elle parle de la douleur du deuil, de la difficulté à se reconstruire, mais aussi du pouvoir de guérison dont chacun est capable.



AH SHIT, J'AI POGNÉ LE CANCER, TOME 1

Maude Schiltz. Boucherville : Éditions de Mortagne. 2013, 397 p.

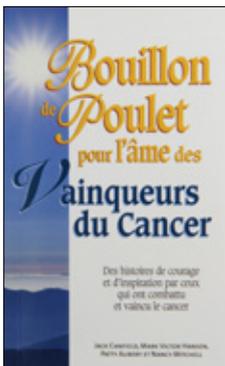
Mon but ultime, c'est de diffuser l'information sur le cancer et de vous faire réaliser qu'un patient sur trois est jeune. Veut, veut pas, faut se réveiller : une personne sur deux recevra un diagnostic de cancer dans sa vie. Ça, ça veut dire que si cette personne-là c'est pas vous, ben c'est votre conjoint ou votre meilleur ami. Je veux que les gens sachent quoi faire pour aider leurs proches, et je veux aussi que ceux qui vont pogné le cancer – LA personne sur deux -, eh ben je veux qu'ils sachent à quoi s'attendre.



DEPUIS, TOUT A GRANDI : ABÉCÉDAIRE

Céline De Guise et Michel Côté. Montréal : Tryptique, 2012, 76 p.

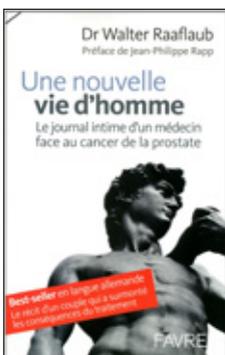
À l'été 2010, on me découvre un cancer du sein. Opérée au mois d'août, je n'échapperai pas à la chimio ni à la radiothérapie. Ma vie sera bouleversée. Pour donner un rythme au déroulement du temps, j'imagine un abécédaire auquel se joindront plus de quarante personnes. Cette aventure dépasse vite mes espérances. Chaque semaine, une lettre ouvre un texte. Ce rituel a joué un rôle essentiel dans le parcours de ma guérison. Ce livre est un choix, celui du dialogue amoureux avec mon compagnon de vie.



BOUILLON DE POULET POUR L'ÂME DES VAINQUEURS DU CANCER

Jack Canfield et al. Longueuil : Béliveau, 2011, 290 p.

Recueil d'histoires propres à susciter de l'espoir et du réconfort aux personnes atteintes du cancer. Elles leur offrent également des conseils et des leçons de sagesse sur plusieurs aspects de leur guérison et de leur vie.



UNE NOUVELLE VIE D'HOMME : LE JOURNAL INTIME D'UN MÉDECIN FACE AU CANCER DE LA PROSTATE

Walter Raaflaub. Lausanne : Favre, 2011, 285 p.

Walter Raaflaub, généraliste apprécié de ses patients, se découvre en 2002 un cancer de la prostate. Une opération radicale l'en délivre – le cancer paraît vaincu – mais l'intervention fait des dégâts. Le voilà impuissant et incontinent. Le soignant devenu soigné témoigne à la fois d'une expérience personnelle et d'un savoir de spécialiste.



ON PEUT SE DIRE AU REVOIR PLUSIEURS FOIS

David Servan-Schreiber. Paris : Robert Laffont, 2011, 160 p.

Tôt ou tard, il allait revenir. Je connaissais les pronostics de mon cancer. Je pouvais retarder l'échéance, gagner des années, presque l'oublier, mais cette fois c'était « the Big One », comme disent les Californiens qui redoutent un tremblement de terre dévastateur. Cette rechute m'a amené à me poser les questions les plus graves, peut-être les plus importantes, de ma vie : si je suis rattrapé par la maladie alors que je pense, mange, bouge, respire et vis anticancer, alors que reste-t-il d'*Anticancer*? C'est pour répondre à cette question que j'écris aujourd'hui.



REVIVRE !

Guy Corneau. Montréal : Éditions de l'Homme, 2010, 320 p.

L'auteur relate sa traversée du cancer, durant laquelle il a allié médecines traditionnelles et énergétiques à une démarche psychologique. Sans donner de leçons ni de recettes, en observant son propre parcours avec humilité et humanité, il nous encourage à ne pas nous laisser réduire à notre maladie.



QUAND JE SERAI GRAND, JE SERAI GUÉRI !

Pierre Bruneau. Montréal : Publistar, 2004, 253 p.

Journaliste bien connu de la télévision, l'auteur évoque le drame qui a frappé sa famille, il y a un quart de siècle, lorsque son fils Charles a été atteint de leucémie. Il raconte les neuf années de lutte contre la maladie qui ont suivi et la mort de son fils.

ROMANS

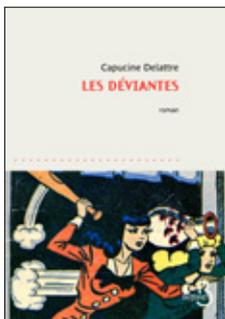


LE TEMPS D'UNE ALLUMETTE

Agathe Chenevez. Paris : Éditions de la Martinière, 2020, 218 p.

Gabriel est un petit garçon atteint d'un cancer. Curieux, il a soif de découvrir le monde qui l'entoure, de la musique aux peintres de Montmartre. Malgré la détresse de ses parents et l'impuissance des médecins, il transforme chaque moment de son quotidien en petits bonheurs tangibles.

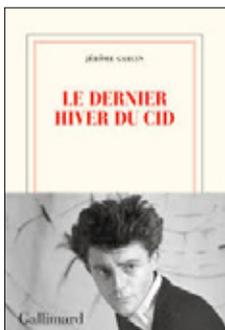
 Aussi disponible sur prenumerique.ca



LES DÉVIANTES

Capucine Delattre. Paris : Belfond, 2020, 260 p.

A 29 ans, Anastasia a de hautes responsabilités dans une grande entreprise. Son monde s'écroule lorsqu'elle apprend qu'elle est atteinte d'un cancer du sein. Pour la première fois de sa vie, elle se sent limitée. Décidée à vivre ses rêves, elle entraîne Iris et Lolita, également touchées par la maladie, vers de nouvelles trajectoires.



LE DERNIER HIVER DU CID

Jérôme Garcin. Paris : Gallimard, 2020, 285 p.

Ce roman retrace les derniers mois de la vie de Gérard Philipe, de l'été 1959, qu'il passe à Ramatuelle, au 29 novembre de la même année, à Paris, où il s'éteint à l'âge de 36 ans. L'acteur ignore le mal dont il est atteint et qui le frappe au sommet de sa gloire. Prix de Deux Magots 2020.



UNE JOIE FÉROCE

Sorj Chalandon. Paris : Bernard-Grasset, 2019, 315 p.

Libraire pudique et discrète, Jeanne est brusquement animée par une rébellion intérieure lorsque son médecin lui détecte une tumeur cancéreuse au sein. Métamorphosée, elle découvre alors la véritable liberté, l'urgence de vivre, et goûte à l'ivresse de l'insoumission et de l'illégalité aux côtés de Brigitte, Mélody et Assia.

 *Aussi disponible sur prenumerique.ca*



LES MUTATIONS

Jorge Comensal. Paris : Les Escales, 2019, 205 p.

A 50 ans, Ramon, brillant avocat, découvre qu'il est atteint d'une forme rare de cancer. Lui qui devait son succès à son éloquence se voit ainsi contraint de se faire amputer la langue. Autour de lui gravitent sa femme Carmela, ses deux enfants, son employée de maison Elodia, sa psychologue Teresa ainsi que son perroquet et confident Benito. Premier roman.



RIEN D'AUTRE QUE CETTE FÉLICITÉ

Nancy Huston. Montréal : Leméac, 2019, 57 p.

Venant d'apprendre que sa vie est condamnée par un cancer de l'utérus, Ariane écrit une lettre à sa fille, en lui racontant son propre parcours à l'aide d'extraits de ses cahiers intimes. En neuf petits tableaux, l'écrivaine s'ouvre corps et âme, évoquant notamment sa grossesse, son accouchement et la naissance de son enfant.



LA PREMIÈRE FOIS, C'ÉTAIT QUAND MÊME PLUS MARRANT

Colleen Oakley. Paris : Milady, 2019, 410 p.

Daisy apprend qu'elle est atteinte d'un nouveau cancer en phase terminale. Plus que la mort, elle redoute d'abandonner Jack, son mari brillant mais démuni face à la vie. Daisy se lance donc dans la quête de la femme idéale pour que Jack ne se retrouve pas seul. Quand l'image de son mari avec une autre devient réelle, elle doit choisir entre son propre bonheur ou celui de Jack.



LE CIEL EST À NOUS

Luke Allnutt. Paris : Cherche midi, 2018, 446 p.

Rob Coates aime l'alcool et les rencontres sans lendemain. Pourtant, il a eu une vie avant, remplie de l'amour de sa femme, Anna, et de son fils, Jack. En retournant faire des photos sur des lieux partagés avec son fils, Rob porte un nouveau regard sur son histoire. Derrière ces rares moments de grâce se dévoile, par instantanés, ce que cache la détresse de Rob : l'amour avec Anna, son ex-femme, la réussite professionnelle, un fils chéri, leur complicité partagée. Et puis le drame, et un champ de ruines.



LA TERRE EST LE PLUS BEL ENDROIT DU CIEL

Françoise Dorn. Genève : Jouvence éditions, 2018, 217 p.

À Paris, Clara Loiseau, thérapeute spécialiste du bonheur, apprend qu'elle est atteinte d'un cancer du sein. Pendant son combat contre la maladie elle fait une étrange rencontre qui change sa vision de la vie, de la mort et de l'amour.

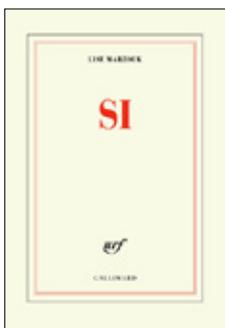


LE BRUIT DES CHOSES QUI COMMENCENT

Evita Greco. Paris : Albin Michel, 2018, 361 p.

Ada, 27 ans, est une femme timide et sensible. Abandonnée par sa mère, elle a été élevée par sa grand-mère Teresa, à qui vient d'être diagnostiqué un cancer. L'angoisse de la perte ressurgit chez Ada, qui accompagne tous les jours sa grand-mère à l'hôpital pour son traitement. Elle y fait la rencontre d'un médecin, Matteo, et noue une amitié avec Giulia, une jeune infirmière.

 [Aussi disponible sur prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)



SI

Lise Marzouk. Paris : Gallimard, 2018, 317 p.

Confrontée au cancer de son fils, une mère raconte les sentiments qui la traversent, de la peur à la tendresse en passant par les doutes et la folie. Elle décrit l'épreuve qu'elle subit, l'attente et le combat. À travers son vécu actuel, elle se souvient de son enfance et rêve à l'écrivain qu'elle devient.

 [Aussi disponible sur prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)



RUT RURAL

Paul Rousseau. Montréal : Québec Amérique, 2018, 371 p.

Rut rural, c'est l'histoire de trois hommes que la vie, la mort et la maladie réuniront dans des décors de carte postale et leur envers. C'est aussi celle de leurs amours, car ces hommes durs, amateurs de chars et de bon vin, malgré leurs gros défauts et leurs étranges manies, sont avant tout des cœurs tendres.

 Aussi disponible sur prenumerique.ca



LE CLUB DES FEIGNASSES

Gavin's Clemente-Ruiz. Paris : Mazarine, 2018, 313 p.

Rien ne prédisposait Béa, Alice, Sam, Greg et Elisabeth à se rencontrer. Pourtant, ces amoureux et cabossés de la vie, membres d'un club aussi curieux que chaleureux, apprennent vite à se connaître avec leurs failles, leurs richesses et leurs secrets.

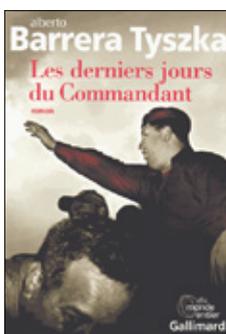
 Aussi disponible sur prenumerique.ca



L'ÉTÉ OÙ MAMAN A EU LES YEUX VERTS

Tatiana Tîbuleac. Genève : Éditions des Syrtes, 2018, 167 p.

Alexis est un adolescent marqué par la mort de sa sœur et le rejet de sa mère. Devenu adulte et afin qu'il puisse se remettre à la peinture, il est poussé par son psychologue à revivre le dernier été passé avec sa mère. Trois mois décisifs au cours desquels la mère mourante et le fils psychotique tentent de se réconcilier.



LES DERNIERS JOURS DU COMMANDANT

Alberto Barrera Tyszka. Paris : Gallimard, 2018, 259 p.

Alors que le président vénézuélien Hugo Chavez se meurt du cancer à l'insu de la population, le récit entremêle des histoires multiples et simultanées. Parmi ces destins, ceux d'un oncologue à la retraite marié à une femme profondément anti-chaviste, de deux enfants discutant sur Internet et de Freddy Lecuna, un journaliste au chômage désirant écrire un ouvrage sur Chavez et sa maladie.

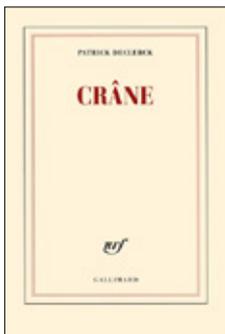
 Aussi disponible sur prenumerique.ca



D'AUTRES VIES QUE LA MIENNE

Emmanuel Carrère. Paris : Gallimard, 2017, 333 p.

À partir du récit du tsunami que l'auteur a vécu au Sri Lanka avec sa compagne, l'amitié entre un homme et une femme, tous deux juges et rescapés d'un cancer, qui s'occupaient avec ferveur d'affaires de surendettement au tribunal d'instance de Vienne, dans l'Isère.



CRÂNE

Patrick Declerck. Paris : Gallimard, 2016, 147 p.

Alexandre Nacht est hospitalisé dans un service de neurochirurgie, à cause d'une tumeur. Il assiste aux rendez-vous préopératoires, attend l'opération, et découvre ce qu'elle a changé pour lui.

 [Aussi disponible sur prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)



AU BORD DES FLEUVES QUI VONT

António Lobo Antunes. Paris : C. Bourgois, 2015, 244 p.

Atteint d'un cancer de stade avancé, un homme se remémore son passé sur son lit d'hôpital, espérant trouver dans ses souvenirs la force de lutter contre le mal qui le ronge.

 [Aussi disponible sur prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)



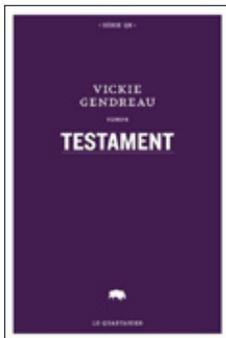
DRAMA QUEENS

Vickie Gendreau. Montréal : Le Quartanier, 2014, 200 p.

Ce livre pourrait s'appeler « Tes dialogues de Tarantino » ou « Demandes spéciales ». Je parle de cinéma tout le temps. Je dis tout le temps que je vais écrire dix livres et que je vais vivre dix ans. Que celui-là va s'appeler « Cinéma expérimental ». « Drama Queens », c'est comme son nom de danseuse. Je tape à une main, avec un œil fermé. À tout moment, je pourrais partir en convulsions. Partir comme dans ne plus jamais revenir. Chaque phrase est un combat. Au Salon du livre de Rimouski, une dame a pris mon premier livre pour lire la quatrième de couverture. Elle l'a reposé en évitant mon regard. C'est lourd, le cancer, la mort pis ces affaires-là. J'aimerais que ça soit plus interactif comme objet, le livre. Comme une manette de jeu vidéo. Que ça vibre à chaque fin de chapitre. Mais c'est pas comme ça que ça marche, la vie. Comment est-ce que ça se passe, mourir ? Est-ce qu'on vibre et qu'il est écrit GAME OVER ?



Aussi disponible sur prenumerique.ca



TESTAMENT

Vickie Gendreau. Montréal : Le Quartanier, 2012, 166 p.

Je suis au Kingdom, coin Saint-Laurent Sainte-Cath. Mindy et Trevor analysent mon corps avec leurs mains en glu. Nikky est belle. Plus belle que moi. Plus fluide que moi. Je tombe partout. Je ferme les yeux, j'ouvre les yeux. On est le 6 juin 2012. Je suis à l'hôpital Notre-Dame. On m'apprend que j'ai une tumeur en nuage dans mon tronc cérébral. Je ferme les yeux, j'ouvre les yeux. Je suis à New York. Devant la cage des fennecs, au zoo de Brooklyn. J'obtiens une permission spéciale pour pouvoir les flatter. Je ferme les yeux, j'ouvre les yeux. Je vois l'Autriche, je rencontre Ulrich Seidl. Il me parle de son prochain film. Je ferme les yeux, j'ouvre les yeux. Je suis dans un show noise avec les dames de Granular Synthesis. Je ferme les yeux. Je garde les yeux fermés longtemps. Je ne ferai rien de tout ça. Dimanche je vais aller au Beautys avec les amis boire un milkshake Cookies & Creme. Ça, je le ferai. Les yeux ouverts, grands.



Aussi disponible sur prenumerique.ca



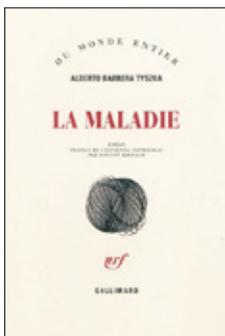
UN LÉGER DÉSIR DE ROUGE

Hélène Lépine. Québec : Septentrion, 2012, 170 p.

Toulouse, à vingt-huit ans, combat un cancer. Elle vient de subir l'ablation d'un sein. Son corps d'acrobate, solide, souple, l'a trahie. Odilon son amour s'est éloigné. La maladie la ramène sur les traces de son ancêtre, de son enfance, près des siens, si peu liants. Elle se replie sur elle-même et cherche une façon de renouer avec le désir.



Aussi disponible sur prenumerique.ca



LA MALADIE

Alberto Barrera Tyszka. Paris : Gallimard, 2010, 182 p.

Au début du roman, Andrés Miranda, médecin dans un hôpital de Caracas, apprend que son père, Javier, est atteint d'un cancer. Bien qu'il ait toujours soutenu qu'*il ne faut pas cacher la vérité aux patients*, cette fois-ci, il n'ose rien dire au malade. Barrera Tyszka nous invite à rompre le silence sur un sujet tabou et à mieux connaître la réalité de la maladie.



JE NE VEUX PAS MOURIR SEUL

Gil Courtemanche. Montréal : Boréal, 2010, 168 p.

Un homme apprend la même semaine que sa femme le quitte et qu'il est atteint d'un cancer. Laquelle de ces deux morts annoncées est la plus redoutable ? Quelles raisons aurait-il désormais de se battre pour sa vie ?



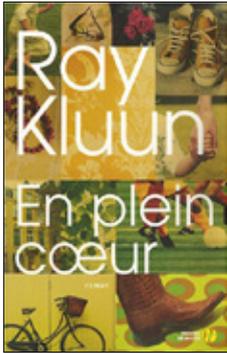
Aussi disponible sur prenumerique.ca



L'IMPATIENTE

Céline Lis. Paris : J-C Lattès, 2010, 184 p.

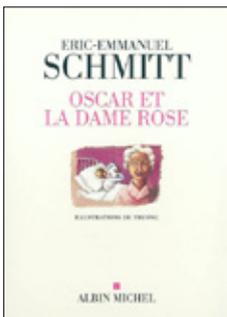
Lorsqu'elle apprend qu'elle est atteinte d'un cancer, Céline Lis, marathonnienne, jeune mariée, mère de deux petits garçons, choisit de ne pas avoir peur de la maladie et de lui faire la peau. Voici le récit d'une traversée en solitaire des vastes territoires de la souffrance : que reste-t-il de notre humanité lorsqu'on approche des portes de l'enfer ? Quelle part d'espoir, quelle part de liberté ?



EN PLEIN CŒUR

Ray Kluun. Paris : Presses de la Cité, 2007, 324 p.

La découverte, chez sa femme, d'un cancer du sein, bouleverse complètement un jeune homme heureux mais fragile.



OSCAR ET LA DAME ROSE

Eric-Emmanuel Schmitt. Paris : Albin Michel, 2004, 106 p.

Voici les lettres adressées à Dieu par un enfant de dix ans. Elles ont été retrouvées par Mamie Rose, la « dame rose » qui vient lui rendre visite à l'hôpital pour enfants. Elles décrivent douze jours de la vie d'Oscar, douze jours cocasses et poétiques, douze jours pleins de personnages drôles et émouvants. Ces douze jours seront peut-être les douze derniers. Mais, grâce à Mamie Rose qui noue avec Oscar un très fort lien d'amour, ces douze jours deviendront légende.



LE JEU DE L'OIE : PETITE HISTOIRE VRAIE D'UN CANCER

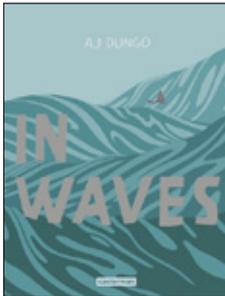
Sylvie Desrosiers. Montréal : La Courte échelle, 2003, 189 p.

Témoignage de l'auteure, qui a eu à vaincre un cancer, plus précisément le cancer du sein. On comprend le cheminement de ces femmes qui sont tour à tour confrontées au verdict de la maladie, à la peur, aux traitements, aux comportements de l'entourage, aux diverses approches du personnel médical et aux paroles qui se veulent rassurantes mais qui vous choquent.



Aussi disponible sur prenumerique.ca

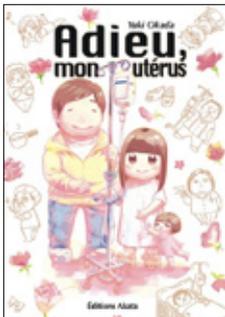
BANDES DESSINÉES



IN WAVES

AJ Dungo. Paris : Casterman, 2019, 366 p.

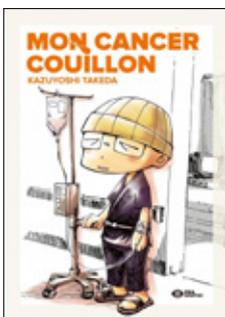
Avec pudeur, l'auteur restitue les moments de grâce de sa relation avec son amie Kristen, les émotions des premières rencontres, la violence du combat contre la maladie et la dignité de la jeune femme, calme et courageuse dans l'épreuve. Il évoque leur passion commune pour le surf, en intercalant dans son récit un petit précis de l'histoire de cette discipline.



ADIEU, MON UTÉRUS

Yuki Okada. Rancon : Éditions Akata, 2019, 171 p.

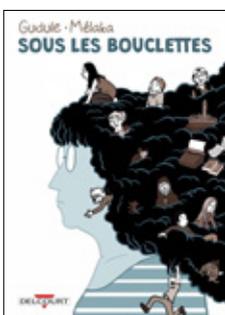
Le récit autobiographique d'une lutte contre le cancer. L'auteure, à 33 ans, mariée et mère d'une fillette, a tout pour être heureuse lorsqu'elle apprend qu'elle est atteinte d'un cancer de l'utérus.



MON CANCER COUILLON

Kazuyoshi Takeda. Vanves : Pika edition, 2019, 287 p.

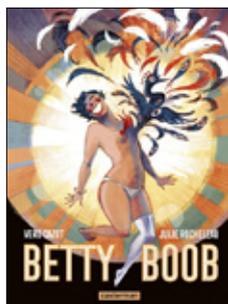
Récit autobiographique. À 35 ans, Kazu, auteur de manga, découvre qu'il a un cancer du testicule. Hospitalisé en soins de longue durée, il enchaîne les opérations jusqu'à l'ablation et les traitements douloureux. Il évoque également ses rencontres avec d'autres malades.



SOUS LES BOUCLETTES

Gudule et Mélaka. Paris : Éditions Delcourt, 2018, 234 p.

A la fois témoignage et hommage, Mélaka retrace la vie de sa mère Gudule. Ce récit poignant, empreint de tendresse et de dérision, retrace notamment l'épreuve de la maladie, le déclin et le chagrin.



BETTY BOOB

Véro Cazot et Julie Rocheleau (ill.). Paris : Casterman, 2017, 179 p.

Betty est atteinte d'une tumeur au sein qui doit lui être enlevée. Elle est alors licenciée pour manque de conformité. Heureusement, une troupe de spectacles burlesques lui permet de se reconstruire en lui offrant l'opportunité de monter sur scène et de transformer le regard sur le cancer.

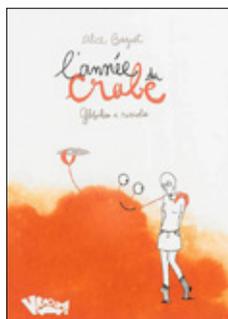
 Aussi disponible sur prenumerique.ca



LA GUERRE DES TÉTONS 3 : MUTATION

Lili Sohn. Neuilly-sur-Seine : M. Lafon, 2016, 192 p.

Dans ce tome, exit la chimio, c'est le retour des cheveux et autres poils. Lili doit décider de ce qu'elle va faire de ce nouveau moi, mettant en avant ou de côté sa mutation génétique.



L'ANNÉE DU CRABE : GLOBULES ET RAVIOLIS

Alice Baguet. Angoulême : Vraoum!, 2015, 98 p.

Le quotidien d'une jeune fille de 19 ans et de son cancer, représenté sous la forme d'un crabe orange à l'humour vache.



CHAUVE(S)

Benoît Desprez. Saint-Avertin : La Boîte à bulles, 2015, 76 p.

Lorsque Benoît et Olivia entament leur relation amoureuse, ils sont bien loin de se douter du coup de massue qui les guette. Un jour, le sein gauche d'Olivia se met à faire des siennes. Le diagnostic est sans appel : c'est un cancer. Cependant, il n'est pas question pour Benoît de faire l'autruche et de laisser tomber celle qu'il aime. Pour surmonter cette épreuve, il vient s'installer chez elle, s'empare de ses crayons et de son humour et raconte, depuis son poste de spectateur « privilégié » mais impuissant, le combat d'Olivia contre la maladie.



LA GUERRE DES TÉTONS 2 : EXTERMINATION

Lili Sohn. Neuilly-sur-Seine : M. Lafon, 2015, 220 p.

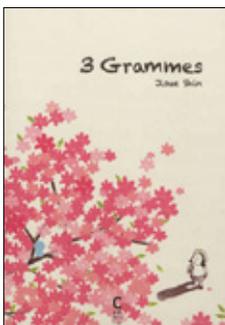
Dans ce deuxième tome, on rentre dans le vif du sujet : la chimiothérapie. On y parle aussi des effets secondaires, de la perte des cheveux, de la réaction de l'entourage, des amis, du conjoint, des foulards, des médicaments, des médecins... Bref plein de sujets pas toujours faciles, mais traités avec humour et en couleurs.



LA GUERRE DES TÉTONS 1 : INVASION

Lili Sohn. Montréal : Parfum d'encre, 2014, 224 p.

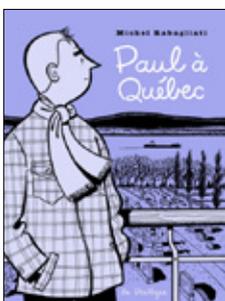
À 29 ans, Lili apprend qu'elle a un cancer du sein. Elle partage avec humour et transparence ses états d'âme selon les épisodes de sa maladie. L'annonce de son diagnostic, ses traitements, sa grande opération, ses changements physiques.



3 GRAMMES

Jisue Shin. Paris : Cambourakis, 2012, 200 p.

Récit autobiographique où l'auteure raconte les différentes étapes de sa maladie, de la découverte du cancer à sa rémission.

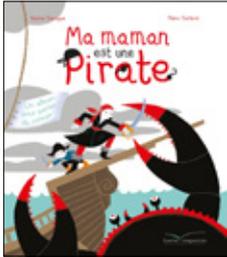


PAUL À QUÉBEC

Michel Rabagliati. Montréal : La Pastèque, 2009, 187 p.

Un sixième tome des aventures de Paul qui débute en 1999, alors qu'il rend visite à sa belle-famille en compagnie de Lucie et de leur fille Rose. Ils apprennent au moment de partir que le père de Lucie est atteint d'un cancer de la prostate. Sur un peu plus d'un an, l'évolution de sa maladie, son agonie puis sa mort sont évoquées.

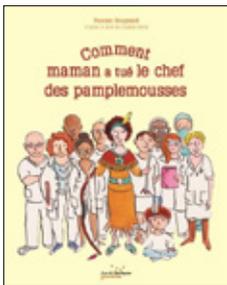
OUVRAGES JEUNESSE



2 À 7 ANS

MA MAMAN EST UNE PIRATE**Karine Surugue et Rémi Saillard** (ill.). Vanves : Gautier-Languereau, 2018, 25 p.

Une histoire pour parler du cancer avec les enfants à travers les aventures d'une maman devenue pirate à bord du Crabe-sans-pitié et qui cherche depuis des mois une île au trésor.



3 À 6 ANS

COMMENT MAMAN A TUÉ LE CHEF DES PAMPLEMOUSSES**Pascale Bougeault**. Paris : Rue de l'Échiquier jeunesse, 2018, 34 p.

Un gros pamplemousse a poussé dans la poitrine de maman. Son petit garçon de 3 ans raconte l'histoire de la maladie, de son annonce à la guérison. Avec ses mots à lui, il partage ses peurs, ses doutes et ses incertitudes.



4 À 9 ANS

MON PAPA EST MALADE**Antonia Altemeyer, Gaëlle Callac et Xu Hualing** (ill.). Paris : le Buveur d'encre, 2015, 22 p.

Camille et Léo apprennent que leur père est atteint d'un cancer. Toute la famille se mobilise pour l'entourer et l'accompagner dans son combat contre la maladie. Un album animé qui permet d'aborder le problème de la maladie avec l'enfant, les traitements existants, les réactions du malade et l'importance de l'entourage.

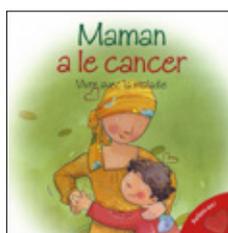


4 À 9 ANS

UN À ZÉRO POUR CHARLOT

Jannick Lachapelle et Pishier (ill.). Montréal : Fonfon. 2015, 32 p.

Charlot, six ans, doit mener une guerre contre les cellules cancéreuses qui se sont logées dans un de ses tibias. Rusé et armé de son courage, le garçon est bien décidé à vaincre la tumeur maligne qui l'assaille. Au fil des pages, on suit ce combat qui prend les allures d'une véritable guerre. Des illustrations de synthèse aux traits géométriques donnent vie à cette histoire rimée qui aborde avec fantaisie et humour le thème de la maladie.

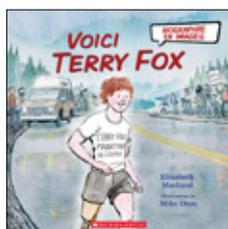


4 À 9 ANS

MAMAN A LE CANCER : VIVRE AVEC LA MALADIE

Jennifer Moore-Mallinos et Marta Fàbrega (ill.). Saint-Lambert : Héritage jeunesse, 2008, 31 p.

Un garçonnet s'inquiète de la tristesse de ses parents et de leurs multiples rendez-vous. On lui explique bientôt qu'il n'est pas la cause de leur chagrin : sa maman a un cancer et doit suivre des traitements de chimiothérapie. Avec son papa, le jeune garçon mettra tout en œuvre pour que sa maman se sente belle même si elle perd ses cheveux et que leur maison soit toujours aussi accueillante. . .



6 À 9 ANS

VOICI TERRY FOX

Elizabeth MacLeod et Mike Deas (ill.). Toronto : Scholastic, 2020, 31 p.

Découvrez l'histoire légendaire de Terry Fox, l'homme qui a créé le Marathon de l'espoir et la course Terry Fox : son amour du sport quand il était enfant et adolescent; la découverte accablante de son cancer des os; son séjour à l'hôpital qui lui a donné l'idée d'accroître la sensibilisation à sa maladie; le moment bouleversant où il a trempé sa jambe artificielle dans l'océan Atlantique à St. John's, à Terre-Neuve-et-Labrador; et l'arrêt déchirant de sa course.

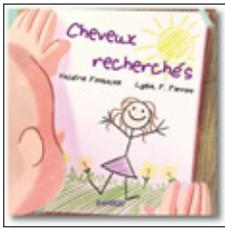


6 À 9 ANS

LE CIMETIÈRE DES MOTS DOUX

Agnès Ledig et Frédéric Pillot (ill.). Paris : Albin Michel jeunesse, 2019, 31 p.

Une petite fille, Annabelle, est amoureuse de Simon, un jeune garçon atteint de leucémie. Après sa mort et pour faire face au deuil, elle lui écrit des mots doux qu'elle dépose dans la forêt qu'il aimait tant.



6 À 9 ANS

CHEVEUX RECHERCHÉS

Valérie Fontaine et Lydia F. Ferron (ill.). Chicoutimi : Bambou jeunesse, 2015, 24 p.

Depuis qu'elle n'a plus de cheveux en raison d'un cancer, tout le monde prend Zoé pour un garçon. Exaspérée, elle se met à la recherche d'une solution pour avoir une longue chevelure. Des aquarelles de synthèse expressives donnent vie à cette histoire, agrémentée de passages rimés, qui aborde le thème du cancer avec humour et fantaisie. Le tout se clôt sur une note heureuse.



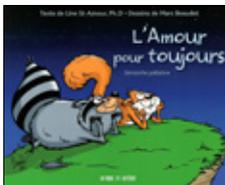
6 À 9 ANS

L'ENVOLÉE D'ANTOINE

Katia Canciani et Félix Girard (ill.). Montréal : Éditions de l'Isatis, 2014, 31 p.

C'est l'histoire d'un petit garçon que la maladie a affaibli, mais qui a conservé la capacité de rêver. Du fond de son lit d'hôpital, bien entouré de ses parents, Antoine caresse le désir de voler. Rêve qui deviendra réalité et qui sera pour le petit malade un moment de joie intense.

 [Aussi disponible sur pretnumerique.ca](http://pretnumerique.ca)



6 À 9 ANS

L'AMOUR POUR TOUJOURS : DÉMARCHE PALLIATIVE

Line St-Amour et Marc Beudet (ill.). Brossard : Un monde différent, 2013, 31 p.

Un très beau conte qui raconte la maladie grave d'un parent, en l'occurrence ici la rechute d'un cancer pour la mère de Zébulon, qui doit faire face à sa mort imminente. D'abord, Zébulon garde ce lourd secret pour lui, mais rapidement, soutenu par son enseignant, il comprend à quel point le fait de s'exprimer le libère. Il réalise, malgré sa peine, que sa mère sera toujours là.

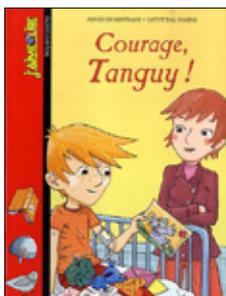


6 À 9 ANS

LURON APPRIVOISE LES FORCES DE L'ESPOIR : DÉMARCHE CURATIVE

Line St-Amour et Marc Beudet (ill.). Brossard : Un monde différent, 2013, 31 p.

Un conte qui raconte, par l'intermédiaire du petit Luron l'écureuil, la maladie grave de sa mère confrontée à un cancer, mais qui se retrouve en rémission complète. À travers ces événements difficiles, Luron découvre en lui une force insoupçonnée et, dans l'épreuve, il grandit. Ces récits éducatifs ont pour but de faciliter la communication avec l'enfant et le rejoindre à différents niveaux dans son processus psychologique face à la maladie ou la mort d'un parent.



6 À 9 ANS

COURAGE, TANGUY !

Agnès de Lestrade et Cathy Dal Magro. Montrouge : Bayard, 2012, 44 p.

Depuis un moment, Tanguy ressent une fatigue extrême et des bleus surgissent sans raison sur son corps. Inquiète, sa maman le conduit chez le médecin, puis à l'hôpital où, après lui avoir fait passer une batterie de tests, on lui diagnostique une leucémie. La peur envahit le cœur du garçonnet. Si la lutte est pénible, avec les traitements qui lui donnent envie de vomir et ses cheveux qui tombent par poignées, Tanguy sait qu'il peut compter sur le soutien de ses proches et de ses amis, dont celui de la belle Lou, son amoureuse secrète...



6 À 9 ANS

ALICE AU PAYS DU CANCER

Martine Hennuy, Sophie Buyse et Lisbeth Renardy (ill.). Bruxelles : Alice jeunesse, 2006, 35 p.

Alice coule des jours paisibles au pays des Merveilles, entourée de ses parents, de son chien Zébulon et de tout son univers d'enfant. Jusqu'au jour où sa maman part au pays du Cancer. Avec son ami Alex, Alice va tenter de comprendre cette maladie.



6 À 9 ANS

LA COPINE DE LILI A UNE MALADIE GRAVE

Dominique de Saint Mars. Fribourg : Calligram, 2003, 47 p.

Zigzou, l'amie de Lili, a un cancer. Heureusement, cette maladie grave se soigne de mieux en mieux aujourd'hui. Lili et les élèves de sa classe sont solidaires de Zigzou. Ils vont la visiter à l'hôpital, lui écrivent. Un récit qui aborde des questions comme la peur de la maladie, l'inquiétude, les traitements, et qui montre que l'épreuve peut faire grandir tout le monde.



6 À 12 ANS

UNE PERSONNE QUE J'AIME A LE CANCER

Mélanie Bouffard et Julie Vadeboncoeur. Québec : Éditions Midi Trente. 2014, 48 p.

Ouvrage de vulgarisation destiné aux enfants dont un proche est atteint du cancer. Il présente à la fois un récit illustré ainsi qu'un guide d'intervention complet pour répondre aux questions délicates et pour reconforter les petits cœurs inquiets.

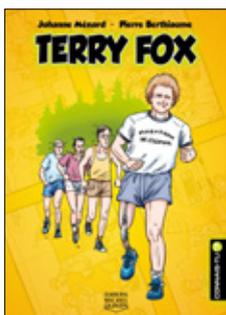


À PARTIR DE **6 ANS**

QUAND UNE PERSONNE QUE TU AIMES A UN CANCER : UN GUIDE POUR AIDER LES ENFANTS À FAIRE FACE

Alaric Lewis et Robert W Alley (ill.). Strasbourg : Éditions du Signe, 2015, 32 p.

Des conseils pour aider les enfants à faire face à l'apparition du cancer dans leur vie et à comprendre la personne malade.



9 À 12 ANS

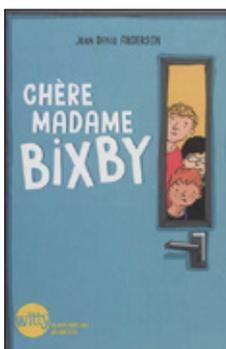
TERRY FOX

Johanne Ménard et Pierre Berthiaume (ill.). Montréal : Éditions Michel Quintin, 2019, 63 p.

Connaissez-vous Terry Fox, le marathonien unijambiste qui a voulu traverser le Canada à la course ? Le jeune homme courageux a récolté des millions de dollars pour la recherche contre le cancer avant d'être emporté par la maladie. Son parcours a inspiré la Journée Terry Fox, tenue chaque année dans près de 25 pays.



Aussi disponible sur prenumerique.ca



9 À 12 ANS

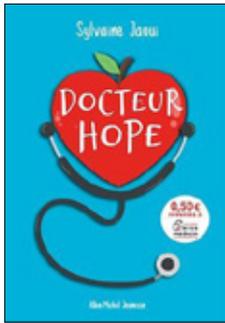
CHÈRE MADAME BIXBY

John David Anderson et Henri Fellner (ill.). Paris : Albin Michel jeunesse, 2017, 467 p.

Pour Tropher, Brand et Steve, Mme Bixby est la meilleure enseignante du monde. Alors, quand ils apprennent qu'elle est gravement malade et proche de la mort, ils sont inconsolables. Ils décident d'organiser une fête de départ durant laquelle chaque élève témoigne, à sa façon, de sa reconnaissance envers la professeure.



Aussi disponible sur prenumerique.ca



9 À 15 ANS

DOCTEUR HOPE

Sylvaine Jaoui. Paris : Albin Michel jeunesse, 2019, 269 p.

Mouss et Lili se rencontrent dans le service d'hématologie du docteur Hope et tombent amoureux. Leur médecin, qui est aussi un musicien de génie un peu dingue, leur permet de révéler leurs talents d'artiste et les transporte de leur chambre d'hôpital aux studios de télévision.

 Aussi disponible sur prenumerique.ca



9 À 15 ANS

CHAMBRE 203

Cécile Demeyere-Fogelgesang. Paris : Hachette jeunesse, 2013, 160 p.

Pierre, neuf ans, est atteint d'un cancer. À travers son journal, il décrit sa vie à l'hôpital et surtout la relation très forte à Laura, sa voisine de chambre. Ensemble, ils imaginent la vie après leur sortie. Mais après la mort de Laura, Pierre doit faire preuve de beaucoup de courage pour guérir.



9 À 17 ANS

LETTRES À CÉCILE

Roselyne Bertin. Paris : Oskar jeunesse, 2011, 185 p.

Paul, onze ans, entame sa première année au collège en prenant la décision d'écrire chaque jour une lettre à sa sœur Cécile, une adolescente pétillante et malicieuse. Cette dernière, âgée de quinze ans et en rémission de la leucémie, est partie étudier la musicologie dans une autre ville. Dans ses lettres, Paul décrit son quotidien, ses sentiments, ses espoirs et surtout sa tristesse de ne pas voir sa sœur tous les jours et sa crainte qu'elle soit à nouveau malade. Quand finalement sa sœur rechute, Paul continue à lui écrire pour exprimer sa colère et lui démontrer son soutien moral.



À PARTIR DE **9 ANS**

COMME UN COUP DE TONNERRE

Claudie Stanké. Montréal : Éditions de la Bagnole, 2013, 91 p.

Le récit poignant d'une fillette chamboulée par une nouvelle qui bouleverse le quotidien de toute sa famille : le cancer de sa mère. Elle raconte sa peur de perdre sa maman, son impuissance devant cette maladie. Car elle ne peut rien faire de concret pour changer les choses, elle ne peut qu'attendre et qu'espérer.



Aussi disponible sur prenumerique.ca



10 À 14 ANS

MAMAN VEUT PARTIR

Jonathan Bécotte. Montréal : Leméac jeunesse, 2018, 208 p.

Œuvre tout en finesse, écrite sous forme de poèmes, Maman veut partir raconte la joyeuse insouciance de l'enfance, l'amour des parents, puis, doucement, l'éloignement de la mère. Un éloignement d'abord désiré, choisi, mais qui se révélera bientôt absolu.

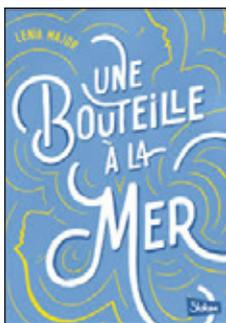


12 À 15 ANS

QUELQUES MINUTES APRÈS MINUIT

Patrick Ness. Paris : Gallimard jeunesse, 2016, 192 p.

Depuis que sa mère est tombée malade, Conor fait tous les soirs le même cauchemar : à minuit et sept minutes, un monstre vient le voir.



12 À 17 ANS

UNE BOUTEILLE À LA MER

Lenia Major. Paris: Slalom, 2020, 378 p.

Axel, 15 ans, trouve une bouteille à la mer envoyée par Charline, 14 ans, qui s'ennuie sur son île d'Ouessant. Les deux adolescents commencent une correspondance par mail, dont le ton léger prend une tout autre dimension lorsque la jeune fille apprend qu'elle est atteinte d'une leucémie. Elle partage avec Axel ses angoisses et ses souffrances, utilisant l'humour comme seule arme.

 Aussi disponible sur prenumerique.ca



12 À 17 ANS

DANS LA VALLÉE DES RÊVES

Nikki Loftin. Montrouge: Bayard, 2019, 287 p.

Peter, 13 ans, est un adolescent solitaire et incompris par sa famille. En se promenant dans une vallée sauvage, il rencontre Annie, une fille de son âge, dont il devient très proche. Mais l'adolescente apprend à son ami qu'elle est atteinte d'un cancer et qu'elle refuse la radiothérapie. Bientôt, Annie est victime d'un malaise et Peter réalise qu'elle a besoin de soins.



12 À 17 ANS

CETTE ÉTOILE NE S'ÉTEINDRA PAS : LE JOURNAL D'ESTHER GRACE EARL

Esther Earl, Lori et Wayne Earl. Paris: Nathan, 2017, 443 p.

Un témoignage et des documents sur Esther Earl, qui inspira à J. Green le personnage d'Hazel, une adolescente qui se sait condamnée par un cancer, dans Nos étoiles contraires.



12 À 17 ANS

UNE HISTOIRE DE CANCER QUI FINIT BIEN

Marianne Ferrer et India Desjardins. Montréal : La Pastèque, 2017.

Il y a quelques années, India Desjardins a rencontré une jeune fille atteinte de leucémie, qui lui a demandé si elle pouvait écrire « une histoire de cancer qui finit bien, avec de l'amour à la fin », en ajoutant que ça « donnerait de l'espoir. » C'est donc pour donner de l'espoir que l'auteure a décidé de raconter l'histoire de cette jeune fille de quinze ans qui, après ses traitements, a rendez-vous avec son médecin pour connaître son état de santé et traverse le corridor de l'hôpital vers son diagnostic final. Elle se remémore ses souvenirs, ses moments difficiles et ses moments plus heureux. Mais tout ça se terminera bien. C'était une promesse.



12 À 17 ANS

SANS PRÉVENIR

Matthew Crow. Paris : Gallimard, 2015, 305 p.

Roman réaliste au cours duquel Francis Wootton, un gars sensible et solitaire, qui aime lire, est passionné de cinéma et de musique rock, raconte comment il apprend à 15 ans qu'il est atteint du cancer du sang. Mais la leucémie prend bientôt le dessus et conduit Francis à l'hôpital où il va mener une bataille contre la maladie et la mort. Ambre, sa voisine de chambre aussi directe que franche, provocatrice et excentrique, lui amènera ce qu'il lui faut et un peu plus pour traverser cette épreuve dont tout le monde évite de parler.



12 À 17 ANS

MA MÈRE, LE CRABE ET MOI

Anne Percin. Arles : Rouergue, 2015, 126 p.

La mère de Tania est soignée pour un cancer du sein. Pendant les six mois du traitement, elles partagent toutes deux le pire mais arrivent malgré tout à positiver.

 Aussi disponible sur prenumerique.ca



12 À 17 ANS

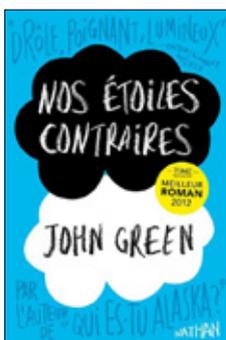
À LA VIE, À LA MORT !

Celia Bryce. Paris : Albin Michel, 2014, 259 p.

Atteinte d'une tumeur au cerveau, Megan doit entrer à l'hôpital pour suivre une chimiothérapie. Elle est admise dans une unité de soins pour enfants où le seul autre adolescent est Jackson Dawes. Megan se laisse apprivoiser : il lui rase la tête, ils partent pour des balades nocturnes et se réinventent une vie, car ils savent que le temps leur est compté.



Aussi disponible sur prenumerique.ca



12 À 17 ANS

NOS ÉTOILES CONTRAIRES

John Green. Paris : Nathan, 2013, 330 p.

Hazel, 16 ans, est atteinte d'un cancer. Son dernier traitement semble avoir arrêté l'évolution de la maladie mais elle se sait condamnée. Dans le groupe de soutien fréquenté par d'autres jeunes malades, elle rencontre Augustus, un garçon en rémission. L'attirance est immédiate, mais elle a peur de s'engager dans une relation dont le temps est compté. Prix Jeunesse des libraires du Québec 2014.



12 À 17 ANS

TU VIVRAS POUR MOI

Élisabeth Tremblay. Boucherville : Éditions de Mortagne, 2013, 256 p.

Un récit poignant qui traite de façon émouvante, mais sans pathos, du cancer chez les jeunes, en particulier de la leucémie. Rédigés d'une écriture claire et lucide, les chapitres sont divisés par dates, celles qui ont le plus marqué le parcours de combattante d'Alex. D'ailleurs, son récit commence par « le dernier jour », mais non le moindre, car c'est le jour où l'oncologue lui a confirmé qu'elle était en rémission. À partir de là, elle plonge dans ses souvenirs, sa terrible épreuve, ses traitements, sans oublier bien sûr sa rencontre et sa belle histoire d'amour avec Guillaume, son âme sœur.



Aussi disponible sur prenumerique.ca

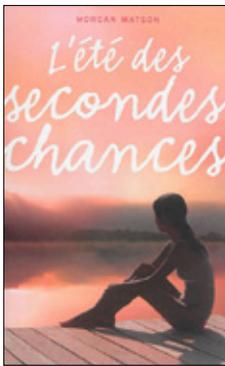


À PARTIR DE **13 ANS**

NE T'INQUIÈTE PAS POUR MOI

Alice Kuipers. Paris : Albin Michel, 2014, 242 p.

Par le biais de post-it sur le réfrigérateur, une mère et une fille mènent une correspondance vivante, enjouée, parfois coléreuse. Des petits tracas du quotidien aux doutes et souffrances de l'adolescence, cette correspondance offre un instantané de leur vie, jusqu'au jour où la mère découvre qu'elle est gravement malade.



15 À 17 ANS

L'ÉTÉ DES SECONDES CHANCES

Morgan Matson. Vanves : Le Livre de poche jeunesse, 2016, 413 p.

Taylor a pris la fâcheuse habitude de fuir ses problèmes personnels. Mais lorsque son père, atteint d'un cancer, choisit de passer son dernier été dans leur maison de vacances, elle ne se dérobe pas. C'est dans ce village qu'elle avait laissé son premier amour et sa meilleure amie, avec la ferme décision de ne jamais les revoir...



15 À 17 ANS

LA FILLE QUI NE CROYAIT PAS AUX MIRACLES

Wendy Wunder. Paris : Hachette, 2012, 400 p.

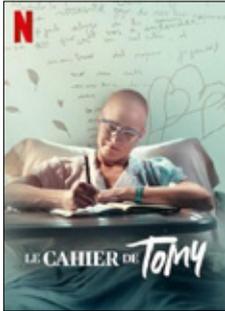
Pour sauver sa fille Cameron, 16 ans, atteinte d'un cancer, sa mère l'emmène à Promise, une ville magique réputée pour ses miracles. Cameron ne croit pas à ces superstitions mais se laisse entraîner dans cette aventure. Arrivée dans la ville, Cameron reçoit une liste de choses à faire avant de mourir. Aidée d'Asher, un jeune garçon, elle exécute chaque point et apprend à croire en elle...

SUGGESTIONS DE FILMS, SÉRIES ET ÉMISSIONS

LE SAVIEZ-VOUS ?

LES BIBLIOTHÈQUES POSSÈDENT DE RICHES
COLLECTIONS DE DVD ET BLU-RAY DISPONIBLES
POUR LE PRÊT ET DONNENT ACCÈS À DES FILMS,
SÉRIES ET ÉMISSIONS EN LIGNE. INFORMEZ-VOUS
AUPRÈS DE VOTRE BIBLIOTHÈQUE.

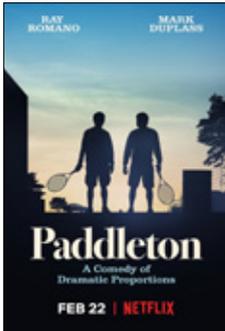
FICTION



LE CAHIER DE TOMY

Carlos Sorin. 2020, 84 min.

Drame (Argentine). Luttant contre un cancer en phase terminal, une femme rédige un cahier sur la vie, la mort et l'amour pour que son fils puisse se souvenir d'elle. Basé sur une histoire vraie.



PADDLETON

Alexandre Lehmann. 2019, 89 min.

Atteint d'un cancer en phase terminale, Michael, un homme d'âge mûr, demande à son ami et voisin Andy de l'aider à mourir avant que la maladie ne s'en charge.



L'ADIEU

Lulu Wang. 2019, 100 min.

Lorsqu'ils apprennent que Nai Nai, leur grand-mère et mère tant aimée, est atteinte d'une maladie incurable, ses proches, selon la tradition chinoise, décident de lui cacher la vérité. Ils utilisent alors le mariage de son petit-fils comme prétexte à une réunion de famille pour partager tous ensemble ses derniers instants de bonheur. Pour sa petite fille, Billi, née en Chine mais élevée aux États-Unis, le mensonge est plus dur à respecter. Mais c'est aussi pour elle une chance de redécouvrir ses origines, et l'intensité des liens qui l'unissent à sa grand-mère.



LE RIRE DE MA MÈRE

Pascal Ralite et Colombe Savignac. 2018, 96 min.

Drame (France, Belgique). Fils de parents divorcés, Adrien partage son temps entre l'appartement de Marie, sa mère, et la maison de Romain, son père. Les adultes tentent de maintenir de bonnes relations afin d'offrir au garçon le soutien nécessaire pendant la maladie de Marie, atteinte d'un cancer.





G

SAGE FEMME

Martin Provost. 2017, 117 min.

Drame (France). Claire est une sage-femme. En froid avec sa mère, se sentant loin de son fils, elle remet en question son travail alors que ses supérieurs semblent favoriser le rendement au détriment de l'aspect humain. Un jour, elle voit resurgir Béatrice, l'ancienne maîtresse de son père décédé. Cette femme égoïste qui a toujours prôné la liberté est son exact opposé. Atteinte d'un cancer incurable, Béatrice cherche à se rapprocher de Claire. Cette dernière est récalcitrante, se laissant néanmoins gagner par cette présence frivole qui rend l'existence plus légère.

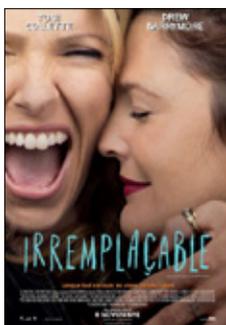


13+

LA VIE IMMORTELLE D'HENRIETTA LACKS

George C. Wolfe. 2017, 93 min. (v.o. : The Immortal Life of Henrietta Lacks).

Drame (États-Unis). La vie d'Henrietta Lacks, une jeune femme afro-américaine morte d'un cancer fulgurant en 1951, et dont les cellules ont permis à la médecine de faire un bond en avant sans précédent.



G

IRREMPLAÇABLE

Catherine Hardwicke. 2015, 103 min. (v.o. : Miss You Already)

Drame (Grande-Bretagne). Tout semble avoir toujours souri à Milly, une femme extravertie qui devançait son amie dans bon nombre de situations. Lorsqu'elle apprend qu'elle est atteinte d'un cancer du sein, la vie de Milly bascule, tout comme celle de Jess, qui lui offre soutien et réconfort.

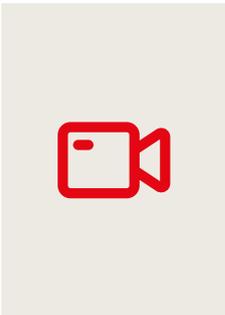


G

NOS ÉTOILES CONTRAIRES

Josh Boone. 2014, 125 min. (v.o. : The Fault in Our stars)

Mélodrame (États-Unis). Hazel est atteinte d'une grave maladie respiratoire qui l'isole du monde. Comme elle est dépressive, ses parents l'incitent à s'inscrire à un groupe de soutien pour malades chroniques, des jeunes pour la plupart atteints de cancers terminaux. Hazel y rencontre Gus, un adolescent amputé d'une jambe qui, malgré cela, présente un visage souriant, tout en cultivant l'humour. Avec Gus et son copain Isaac, Hazel retrouve le goût de rire et d'improviser des sorties fantaisistes. De plus, Gus s'intéresse à son écrivain préféré, Peter Van Houten, qui a su décrire avec justesse ce qu'Hazel ressent par rapport à sa maladie. Après plusieurs démarches, Hazel et Gus se rendent à Amsterdam pour rencontrer l'auteur.



NOUVELLE ADRESSE

Richard Blaimer et Raphaël Ouellet, Radio-Canada. 2014-2015

Série télévisée. Drame (Québec). Une mère monoparentale de trois enfants voit son univers basculer le jour où elle apprend qu'elle a une récurrence du cancer dont elle était remise depuis deux ans.



G

LA GUERRE EST DÉCLARÉE

Valérie Donzelli. 2011, 99 min.

Comédie dramatique (France). Le bonheur de Roméo et Juliette, jeune couple parisien à l'avenir prometteur, est dramatiquement assombri par une terrible nouvelle : leur fils Adam, dix-huit mois, est atteint d'une tumeur au cerveau. Contraints de quitter leurs emplois respectifs pour rester au chevet de leur fragile poupon, Juliette et Roméo peuvent heureusement compter sur le soutien financier et logistique de leurs proches et amis. Mais cette douloureuse et épuisante épreuve en vient tout de même à mettre en péril la survie de leur couple.



G

SANS RÉPIT

Gus Van Sant. 2011, 91 min. (v.o. : Restless)

Drame psychologique (États-Unis). Bien qu'en phase terminale d'un cancer, la jeune et jolie Annabel Cotton est animée d'un amour profond de la vie et de la nature. De son côté, Enoch Brae a cessé d'avoir envie de faire partie du monde depuis que ses parents sont tragiquement morts dans un accident. Lorsque ces deux êtres à part se rencontrent à un enterrement, ils se découvrent d'étonnants points communs. Pour Enoch, dont le meilleur ami se trouve être le fantôme d'un pilote de guerre kamikaze, et Annabel, qui voue une fascination à Charles Darwin et à la vie de toute créature, c'est le début d'une relation exceptionnelle. En apprenant la mort imminente d'Annabel, Enoch propose de l'aider à vivre ses derniers jours avec intensité, au point de défier le destin, les traditions et la mort elle-même.



LE GRAND C

Darlene Hunt. 2010-2013 (v.o. : The Big C)

Série télévisée. Comédie dramatique (États-Unis). Cathy Jamison, une épouse, mère d'un adolescent et professeure dans une école secondaire, apprend qu'elle est atteinte d'un cancer en phase terminale et compte bien profiter du peu de temps qu'il lui reste à vivre.



G

OSCAR ET LA DAME EN ROSE

Eric-Emmanuel Schmitt. 2009, 105 min.

Drame poétique (Québec, France, Belgique). Oscar, 10 ans, condamné par un cancer, vit à l'hôpital. Ni les médecins ni ses parents n'osent lui parler de l'imparable vérité. Seule Rose, femme à l'air bougon, venue livrer ses pizzas à l'hôpital, communique avec l'enfant sans détour. Rose propose un jeu à Oscar : chaque journée qu'il vivra comptera pour dix ans, elle lui offre ainsi une vie entière en quelques jours. Elle lui suggère aussi d'écrire à Dieu. Oscar confie dans ses lettres son mal, ses inquiétudes, ses joies, son premier amour, le temps qui passe. Une amitié singulière naît entre Oscar et Rose. Tous deux sont loin d'imaginer à quel point cette complicité va bouleverser leur destin.



13+

LA VIE AVEC MON PÈRE

Sébastien Rose. 2005, 105 min.

Comédie dramatique (Québec). L'écrivain québécois François Agira n'a écrit qu'un seul roman, mais qui est devenu quasi mythique. Grâce à ses droits d'auteur, il a pleinement profité des plaisirs de la vie, voyageant à travers le monde, multipliant les conquêtes féminines et se délectant des meilleurs vins. Mais les choses prennent une tournure plus dramatique lorsqu'il se découvre atteint d'un cancer.



G

LE PAPILLON BLEU

Léa Pool. 2004, 97 min. (v.o. : Mariposa Azul)

Drame (Québec, Grande-Bretagne). Atteint d'un cancer du cerveau en phase terminale, Pete, un garçon de dix ans, s'est réfugié dans l'observation du monde des insectes. Son rêve le plus cher serait de capturer le magnifique Morpho bleu, un papillon que l'on retrouve dans les forêts tropicales d'Amérique centrale et du Sud. Pete demande alors à son idole, l'entomologiste Alan Osborne, de l'aider à réaliser ce rêve.



13+

LES INVASIONS BARBARES

Denys Arcand. 2003, 99 min.

Comédie dramatique (Québec, France). Rémy, divorcé, la cinquantaine, est à l'hôpital. Son ex-femme Louise rappelle d'urgence leur fils Sébastien, installé à Londres. Ce dernier hésite. Son père et lui n'ont plus rien à se dire depuis longtemps. Finalement, il accepte de revenir à Montréal pour aider sa mère et soutenir son père. Dès son arrivée, Sébastien remue ciel et terre, joue de ses relations, bouscule le système de toutes les manières possibles pour adoucir les épreuves qui attendent Rémy. Il ramène aussi au chevet de Rémy la joyeuse bande qui a marqué son passé : parents, amis et anciennes maîtresses. Que sont-ils devenus à l'heure des « invasions barbares » ? L'irrévérence, l'amitié et la truculence sont-elles toujours au rendez-vous ? L'humour, l'épicurisme, le désir peuplent-ils toujours leurs rêves ? À l'heure des invasions barbares, le déclin de l'empire américain continue...

DOCUMENTAIRES

Cancer de la prostate



LE CANCER DE LA PROSTATE

Découverte (segment), **Radio-Canada**. Jean-Pierre Rogel. 2012, 12 min.

En ligne : <https://www.dailymotion.com/video/xqt4ea>

Cette année encore, le cancer de la prostate sera le type de cancer le plus meurtrier chez les hommes en Amérique du Nord après le cancer du poumon. Contrairement à ce dernier, toutefois, il n'existe pas de moyen de prévention. D'où l'importance d'un dépistage précoce, pour pouvoir traiter le plus tôt possible, avec de meilleures chances de réussite. Or, depuis une dizaine d'années, il existe un test de dépistage appelé APS, pour antigène prostatique spécifique. Mais le manque de preuve d'efficacité et les effets secondaires dévastateurs font que ce test ne peut être utilisé de façon systématique.

Cancer de l'œil



SPÉCIALISTE DU CANCER DE L'ŒIL

Ça me regarde (segment), **AMI-Télé**. 2018, 10 min.

En ligne : <https://www.youtube.com/watch?v=RofaEICMLOc>

Au Québec, seulement deux ophtalmologistes sont spécialisés en cancer de l'œil. Claudine Bellerive est une des rares spécialistes à traiter ce cancer qui touche une centaine de personnes.

Cancer du poumon



VAPOTER = DANGER ?

Découverte (segment), **Radio-Canada**. Gaëlle Lussiaà-Berdou et Jean-François Michaud. 2019, 11 min 19.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/decouverte/site/segments/reportage/145089/vapotage-cigarette-electronique>

Depuis l'été dernier, la cigarette électronique a été associée à des centaines de cas de maladies pulmonaires graves. Ces maladies survenues essentiellement aux États-Unis ont relancé un débat d'experts animé autour du vapotage. Faut-il avoir peur de la cigarette électronique ? Des chercheurs canadiens se penchent sur la question.

Cancer du sein



CANCER DU SEIN, SURVEILLANCE ACTIVE

Découverte (segment), **Radio-Canada**. Danny Lemieux et Pier Gagné. 2016, 19 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/decouverte/2016-2017/segments/reportage/9539/cancer-sein-surveillance>

Cette année seulement, quelque 25 000 Canadiennes apprendront qu'elles sont atteintes d'un cancer du sein. Entre 20 et 30 % de ces cancers seront détectés à un stade précoce. Dans le jargon médical, on parle principalement du carcinome canalaire in situ, un CCIS. En moyenne, la moitié des cellules anormales d'un CCIS ne se propagent jamais, elles restent inoffensives dans 50 % des cas. Une statistique surprenante qu'on dévoile rarement aux patientes. La raison est simple. Impossible pour le médecin de prévoir si ces cellules deviendront cancéreuses ou non. Alors, devant l'absence de connaissance, l'équipe médicale n'a pas le choix. Elle traite tous les CCIS de la même façon. Mais cela pourrait changer grâce à la mise sur pied d'essais cliniques qui, malgré tout, demeurent controversés.



VIVRE AVEC SON HÉRITAGE GÉNÉTIQUE

Remue-ménage (segment), **Radio-Canada**. Katherine Tremblay, Lucie Gagnon et Jean-Claude Le Floch. 2016, 11 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/remue-menage/2016/segments/reportage/7361/genetique-heritage-cancer-sein>

Qu'on ressemble ou non à nos parents, on reçoit d'eux la moitié de nos gènes. Il arrive qu'un gène défectueux fasse partie de cet héritage. C'est ce qui explique que parfois le cancer semble une véritable « affaire de famille ». Rencontre avec une famille qui vit le cancer du sein de générations en générations.



30 SECONDES POUR CHANGER LE MONDE : LE CANCER DU SEIN

Infopresse télé. 2013, 46 min.

La lutte contre le cancer du sein est certainement la cause numéro 1 au Québec. Non seulement parce que c'est une cause qui, de près ou de loin, nous touche tous, mais aussi parce que l'image du sein est forte. Le sein constitue le symbole de la féminité, l'image de la maternité, un attribut sexuel et sensuel. Le cancer du sein est aussi la cause la plus visible, la plus courue et celle qui rapporte le plus. Comment les marches populaires, les soirées-bénéfices, les associations avec divers commanditaires, la mise en marché de produits reliés au ruban rose et les nombreuses campagnes de communication ont-elles permis au cancer du sein d'obtenir une notoriété sans précédent ?

Cancer de la peau



LA CRÈME SOLAIRE

Les aventures du pharmacien (segment), **Radio-Canada**. Olivier Bernard et Anne de Léan. 2017, 23 min.

En ligne : <https://pharmacien.exploratv.ca/episode-6-la-creme-solaire/>

Cette semaine, Olivier tente de répondre à la question : « devrait-on plus se méfier de la crème solaire que du soleil ? » Il tente d'en avoir le cœur net en allant à la rencontre d'un dermatologue, en testant différentes crèmes solaires dans un salon de bronzage et en soumettant sa peau au Photomaton UV de la Société canadienne du cancer (Société Radio-Canada).

Cancer du cerveau et du système nerveux



VIRUS ET CANCER DU CERVEAU

Découverte (segment), **Radio-Canada**. France Désourdy et Dominique Forget. 2018, 12 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/decouverte/site/episodes/403632/cancer-cerveau-angle-paricutin-pollution-bridge-champlain>

À l'Université Duke, en Caroline du Nord, une équipe d'oncologues, de chirurgiens et de chercheurs tentent un traitement étonnant pour s'attaquer au cancer du cerveau. Ils injectent le virus de la poliomyélite directement dans la tumeur.



DE L'ESPOIR POUR LES PATIENTS ATTEINT D'UN CANCER DE CERVEAU

Le téléjournal (segment), **Radio-Canada**. Louis-Philippe Ouimet. 2016, 2 min.

En ligne : <http://ici.radio-canada.ca/audio-video/media-7582473/de-lespoir-pour-les-patients-atteint-dun-cancer-du-cerveau>

Des milliers de personnes ont assisté samedi au dernier concert du groupe canadien The Tragically Hip. Le chanteur, Gord Downie, est atteint d'un cancer du cerveau en phase terminale, une maladie au diagnostic sans pitié. De récentes découvertes pourraient toutefois redonner espoir aux patients. Des chercheurs de Montréal ont mis au point un traitement expérimental qui pourrait bientôt changer la donne.

Autres



LE CANCER

Découverte, **Radio-Canada**. 2020, 43 min.

En ligne : <https://ici.tou.tv/decouverte/S32E29>

Malgré les milliards de fonds investis en recherche et l'amélioration sans cesse grandissante des traitements, le cancer tue encore beaucoup. Nous vous proposons quelques clés pour mieux comprendre pourquoi cette maladie pose tant de défis aux chercheurs. Finalement, plusieurs idées reçues circulent autour du cancer. Du nombre, certaines ont la vie dure. Pour démêler le vrai du faux, cette émission spéciale sera parsemée d'énoncés qui viendront remettre les pendules à l'heure.



ÊTRE UN PARENT ET AVOIR UN CANCER INCURABLE

Format familial (segment), **Télé-Québec**. 2019, 6 min 58 s.

En ligne : <http://formatfamilial.telequebec.tv/emissions/96/etre-un-parent-et-avoir-un-cancer-incurable>

Bianca s'entretient avec Alyson Beaudesne-Lévesque, mère d'un garçon de cinq ans et atteinte d'un cancer incurable.



POURQUOI LE CANCER EXISTE ENCORE ?

Pourquoi ?, **Télé-Québec**. Alexandre Roy. 2019, 4 min.

<https://video.telequebec.tv/player/35624/stream?assetType=episodes>

C'est notre ennemi silencieux depuis plus de 3000 ans et depuis aussi longtemps on cherche des remèdes pour le combattre. Le cancer fait peur, mais il n'y a rien de mieux que de bien connaître son ennemi pour le vaincre.



LES TRAITEMENTS CONTRE LE CANCER

Les aventures du Pharmacien, **Radio-Canada**. 2018, 24 min.

En ligne : <https://pharmacien.exploratv.ca/episode-23-les-traitements-contre-le-cancer/>

Olivier tente de répondre à la question : « Est-ce que les traitements contre le cancer sont efficaces ? » Pour y répondre, il détruit une cellule cancéreuse en laboratoire et rencontre trois oncologues pour mieux comprendre la maladie et ses traitements.



IMMUNOTHÉRAPIE ET CANCER

Découverte (segment), **Radio-Canada**. Danny Lemieux et Pier Gagné. 2017, 15 min.

En ligne : <https://ici.tou.tv/decouverte/s29e19>

Combattre les cancers en utilisant le système immunitaire n'est pas une idée nouvelle, elle a déjà connu du succès dans la greffe de moelle osseuse. De récentes victoires sont venues dynamiser le monde de l'oncologie. Maintenant, l'immunothérapie permet de voir grand, très grand. Trois groupes de chercheurs se font une lutte féroce dont deux d'entre eux se trouvent à Montréal.



UNE DÉCISION POUR LA VIE

Second regard, Radio-Canada. 2017, 21 min 36 s.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/Second-regard/site/episodes/396303/cancer-prevention-abolition-organes-musique-continuum-disparaitre-de-soi-david-le-breton>

Être confronté à l'annonce d'un diagnostic de cancer, c'est déjà un choc. Mais apprendre que le risque de développer un cancer au cours de sa vie peut être aussi élevé que 85 % à cause d'une mutation génétique spécifique, c'est faire face à une tragédie. C'est l'histoire d'une violoniste réputée, Anne Robert. Elle a pourtant su, en faisant un choix décisif, transformer ce drame personnel en une mission sociale particulière avec le secours de son chirurgien-plasticien, Dr. Alain Gagnon.



ASPIRINE ET CANCER

Découverte (segment), **Radio-Canada.** Louise Beaudoin et France Désourdy. 2016, 7 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/info/videos/media-7411978/laspirine-pourrait-prevenir-les-risques-de-certains-cancers>

Depuis longtemps, de nombreuses familles font appel à l'aspirine pour soulager les petits maux de la vie quotidienne. Mais les recherches indiquent que ce médicament polyvalent aurait aussi le pouvoir de prévenir les risques de certains cancers. Est-ce à dire que nous devrions prendre de l'aspirine régulièrement ?

PRENDRE PART À SES SOINS DE SANTÉ

Cette section se retrouve dans chacun des cahiers thématiques Biblio-Santé. La sélection des ressources qu'elle contient tient compte d'une approche patient-partenaire visant à autonomiser les usagers du système de santé et à les outiller pour qu'ils puissent faire des choix de soins libres et éclairés.

QU'EST-CE QU'UN PATIENT-PARTENAIRE ?

« Un patient partenaire est une personne qui devient progressivement apte, au fil de ses traitements, à faire des choix de santé libres et éclairés. Ses savoirs expérientiels sont reconnus et ses compétences en matière de soins développées avec l'aide de l'équipe. Respecté dans tous les aspects de son humanité, il est membre à part entière de cette équipe en ce qui concerne les soins et services qui lui sont offerts. Tout en reconnaissant l'expertise des intervenants de l'équipe, il oriente leurs préoccupations vers ses besoins et son bien-être à plus long terme. »

Source : Faculté de médecine de l'Université de Montréal

ORGANISMES ET ASSOCIATIONS

Général

INSTITUT DE PLANIFICATION DES SOINS DU QUÉBEC

Téléphone 514 805-2408
Site Web www.planificationdessoins.org

L'Institut a comme mission d'aider les gens en perte d'autonomie ou atteints d'une maladie dégénérative à planifier leurs soins de santé. Le site Web propose notamment des exemples de directives anticipées et explique comment rédiger un « Profil de ses valeurs ». L'institut offre aussi des conférences et formations en ligne.

Information juridique

CENTRES DE JUSTICE DE PROXIMITÉ

www.justicedeproximite.qc.ca

Les centres de justice de proximité offrent leurs services dans six régions du Québec. Ils offrent de l'information juridique sur vos droits et vos obligations. Ils vous soutiennent en vous accompagnant dans l'établissement de vos besoins d'ordre juridique et en vous présentant les options possibles pour y répondre. Ils vous orientent vers les différentes ressources juridiques disponibles, communautaires ou autres, afin que vous puissiez choisir le service correspondant à vos besoins.

CHAMBRE DES NOTAIRES DU QUÉBEC

Téléphone 514 879-1793
Téléphone sans frais 1 800 263-1793
Site Web www.cnq.org

La Chambre des notaires propose des informations juridiques de base. Vous y trouverez notamment des renseignements sur les procurations, les mandats donnés en prévision de l'inaptitude, les testaments et les successions.

Ligne sans frais 1-800-NOTAIRE (668-2473)

Discuter sans frais avec un notaire.

CONSEIL POUR LA PROTECTION DES MALADES

Téléphone 514 861-5922
Téléphone sans frais 1 877 CPM-AIDE (276-2433)
Site Web www.cpm.qc.ca

Vous pouvez contacter sans frais cet organisme pour vous renseigner sur les droits d'une personne malade ou pour dénoncer un abus ou une situation qui porte atteinte aux droits des usagers du réseau de la santé et des services sociaux. Toute dénonciation sera traitée de façon confidentielle.

CURATEUR PUBLIC

Téléphone 514 873-4074
Téléphone sans frais 1 844 532-8728
Site Web www.curateur.gouv.qc.ca

Le Curateur public veille à la protection des personnes inaptes. Pour ce faire, il sensibilise la population aux besoins de protection découlant de l'inaptitude et il accompagne les familles et les proches qui représentent une personne inapte, qui administrent son patrimoine ou celui d'un mineur, ou encore qui participent à un conseil de tutelle. On retrouve sur son site des informations sur l'inaptitude (mandat en cas d'inaptitude, tutelle, curatelle, etc.).

FÉDÉRATION DES CENTRES D'ASSISTANCE ET D'ACCOMPAGNEMENT AUX PLAINTES

Téléphone 1 877 SOS-CAAP (1 877 767-2227)
Site Web <http://fcaap.ca>

Les centres d'assistance et d'accompagnement aux plaintes assistent l'utilisateur dans toute démarche qu'il entreprend en vue de porter plainte auprès d'un établissement, d'un CISSS, d'un CIUSSS ou du Protecteur des usagers. Ils accompagnent l'utilisateur pendant la durée du recours, y compris lorsque la plainte est acheminée vers le Conseil des médecins, dentistes et pharmaciens d'un établissement. Vous retrouverez sur le site de la FCAAP la liste des centres d'assistance ainsi que de l'information sur vos droits.

JURISTES À DOMICILE

Téléphone 514 944-9929
Site Web www.juristesadomicile.com

Juristes à Domicile oriente et accompagne ses membres qui se trouveraient en situation difficile, ou encore qui seraient vulnérables ou démunis, lorsqu'il s'agit de faire respecter leurs droits. L'organisme peut aussi faciliter l'accès à des services juridiques à prix modique, si nécessaire. Comme le nom de l'organisme l'indique, les juristes de l'équipe se déplacent à domicile.

PROTECTEUR DU CITOYEN

Téléphone sans frais 1 800 463-5070
Site Web <https://protecteurducitoyen.qc.ca>

Le Protecteur du citoyen effectue des enquêtes à la suite de plaintes ou de signalements de personnes, groupes, organismes ou entreprises qui s'estiment victimes d'une erreur ou d'une injustice de la part d'un ministère ou d'un organisme du gouvernement du Québec, ou d'une instance du réseau de la santé et des services sociaux. Le Protecteur du citoyen est indépendant du gouvernement, neutre et sans parti pris. Les plaintes sont traitées confidentiellement. Ses services sont gratuits et facilement accessibles.

REGROUPEMENT PROVINCIAL DES COMITÉS DES USAGERS (RPCU)

Téléphone 514 436-3744
Site Web www.rpcu.qc.ca

Le Regroupement provincial des comités des usagers défend et protège les droits des usagers du réseau de la santé et des services sociaux. Consultez le site Web du regroupement pour en connaître davantage sur les droits et les recours des usagers du système de la santé.

RESSOURCES WEB

Ressources génériques

CENTRE UNIVERSITAIRE DE SANTÉ MCGILL

La sécurité des patients et l'utilisation des contentions physiques: Que devez-vous savoir?

http://www.educationdespatientscumc.ca/DATA/GUIDE/349_fr~v~securite-des-patients-et-l-utilisation-des-contentions-physiques.pdf

Ce dépliant a été développé afin vous informer de ce qu'est une contention physique.

CHOISIR AVEC SOINS

www.choisiravecsoin.org

Choisir avec soins est une campagne nationale pour la réduction des examens et des traitements inutiles en santé. Son site Web regorge d'informations en lien avec les traitements et la médication. Il offre des recommandations et ressources par spécialité à l'intention des professionnels de la santé et des patients. Des guides d'information destinés aux patients sont également disponibles sous l'onglet « Ressources patients ».

COALITION CANADIENNE DES ORGANISMES DE BIENFAISANCE EN SANTÉ – GUIDE DE SANTÉ PRATIQUE

<http://www.organismesante.ca/ressources/how-to-health-guide-guide-sant%C3%A9-pratique.aspx>

Le Guide de santé pratique a été rédigé pour aider les patients, les aidants naturels, les amis et les familles à gérer l'information sur le système de soins de santé canadien qui peut souvent désorienter. Le Guide contient des renseignements de base pour savoir comment parler d'un large éventail de questions aux personnes qui travaillent au sein du système.

COLLÈGE DES MÉDECINS DU QUÉBEC – SERVICES AU PUBLIC

www.cmq.org/hub/fr/services-au-public.aspx

La section « Services au public » du Collège des médecins du Québec vous renseigne sur différents aspects des consultations avec un médecin (accès à un médecin, honoraires médicaux, plaintes, etc.) On peut également y trouver de l'information sur la profession médicale et sur le rôle des autres professionnels de la santé.

EXCELLENCE EN SANTÉ CANADA – LE GUIDE CANADIEN DE L'ENGAGEMENT DES PATIENTS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

<https://www.patientsafetyinstitute.ca/fr/toolsresources/patient-engagement-in-patient-safety-guide/pages/default.aspx>

Le Guide canadien de l'engagement des patients en matière de sécurité vous est présenté en détails sur cette page web. Vous découvrirez à qui s'adresse ce guide, son but et son contenu. L'option de le télécharger vous y est également offerte.

EXCELLENCE EN SANTÉ CANADA – PARTICIPATION ET COLLABORATION DES PATIENTS, DES FAMILLES ET DES PROCHES AIDANTS

<https://www.fcass-cfhi.ca/WhatWeDo/PatientEngagement/PatientEngagementResourceHub/Results.aspx>

Vous trouverez sur cette page de la Fondation canadienne pour l'amélioration des services de santé des informations au sujet de la participation et de la collaboration des patients dans leurs soins de santé, entre autres sur le projet Faire le pont vers la maison qui permet d'améliorer la qualité des soins ainsi que l'expérience des patients, des proches aidants et des prestataires de soins durant les transitions de l'hôpital au domicile.

EXCELLENCE EN SANTÉ CANADA – VIREZ EN MODE SÉCURITÉ

www.patientsafetyinstitute.ca/fr/About/Programs/shift-to-safety/Pages/public.aspx

Le volet « Public » du programme VIREZ en mode sécurité a pour but de vous aider à prendre une part active dans la sécurité de ses soins de santé. Il offre des ressources sur un éventail de sujets pour faire des choix de soins informés, des liens vers d'autres patients et des conseils pour travailler avec les prestataires de soins de santé selon ses besoins personnels.

FONDATION DES MALADIES DU CŒUR ET DE L'AVC – ÊTRE PARTENAIRE DANS VOS SOINS DE SANTÉ

<https://www.coeuretavc.ca/maladies-du-coeur/retablissement-et-soutien/parler-a-votre-medecin>

Cette section du site de la fondation Cœur & AVC fait un survol de ce qu'il faut savoir pour bien se préparer à un rendez-vous médical.

GOVERNEMENT DU QUÉBEC – INFO-SANTÉ 811

www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/info-sante-811/

En tout temps, vous pouvez parler à une infirmière d'un problème de santé non urgent en composant sans frais le 811. Il s'agit d'un service gratuit et confidentiel, disponible 24 heures sur 24.

GOVERNEMENT DU QUÉBEC – ORGANISATION DES SERVICES

<https://www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/organisation-des-services/>

Cette page Web du Gouvernement du Québec présente un portrait de l'organisation des services au Québec ainsi que de l'information pertinente pour chaque service offert.

GOVERNEMENT DU QUÉBEC – PERDRE SON AUTONOMIE

<http://www4.gouv.qc.ca/FR/Portail/Citoyens/Evenements/perdre-son-autonomie/Pages/accueil.aspx>

Vous êtes une personne en perte d'autonomie? Ce site contient des renseignements sur les programmes et services gouvernementaux auxquels vous pourriez avoir droit. Les aidants qui vous soutiennent y trouveront également des renseignements utiles.

INSTITUT POUR LA SÉCURITÉ DES MÉDICAMENTS AUX PATIENTS DU CANADA – MÉDICAMENTSSÉCURITAIRES.CA

www.ismp-canada.org/fr/dossiers/bulletins/

Les bulletins du site Web Médicamentssécuritaires.ca de l'ISMP Canada contiennent de l'information destinée aux consommateurs afin de faire la promotion de l'utilisation sécuritaire des médicaments dans tous les secteurs de la santé. Un de leur objectif est de formuler des recommandations pour prévenir les accidents liés à la médication.

LE MANUEL MERCK (VERSION POUR LE GRAND PUBLIC) – COMMENT TIRER LE MEILLEUR PARTI DES SOINS DE SANTÉ

<https://www.merckmanuals.com/fr-ca/accueil/fondamentaux/comment-tirer-le-meilleur-parti-des-soins-de-sant%C3%A9>

Cette page web vous offre de précieux conseils pour participer activement à ses soins de santé comme quand consulter son médecin, comment tirer le meilleur parti d'une consultation et l'enquête sur une maladie.

L'INSTITUT DE RECHERCHE DE L'HÔPITAL D'OTTAWA – OUTILS D'AIDE À LA DÉCISION POUR LES PATIENTS

<https://decisionaid.ohri.ca/francais/repertoire.html>

Le répertoire des outils d'aide à la décision est conçu pour vous aider à trouver un outil qui réponde à vos besoins.

ORDRE DES PHARMACIENS DU QUÉBEC – GRAND PUBLIC

www.opq.org/fr-CA/grand-public/

La section « Grand public » du site Web de l'Ordre des pharmaciens du Québec permet de trouver un pharmacien, d'obtenir des conseils liés à la protection du public ainsi que de mieux connaître le rôle du pharmacien et ce que sont les soins pharmaceutiques.

Le blogue

<http://blogue.opq.org>

On peut trouver sur le blogue de l'OPQ de nombreux articles en lien avec les soins pharmaceutiques.

RÉGIE DE L'ASSURANCE MALADIE DU QUÉBEC – CITOYENS

www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie/Pages/assurance-maladie.aspx

Le site Web de la RAMQ vous fournit de l'information sur l'assurance maladie, l'assurance médicaments, les programmes d'aide et les séjours hors Québec. Vous y trouverez les services disponibles en ligne ainsi que les formulaires nécessaires pour bénéficier des services offerts.

SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX QUÉBEC

Aide-mémoire : Ma santé, j'en prends soin

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2014/14-909-01F.pdf>

Cet aide-mémoire vous offre quelques conseils qui vous aideront à vous préparer aux rencontres avec les professionnels de la santé.

VITALITÉ – LA SANTÉ

<https://vitalite.uqam.ca/definitions/la-sante/>

Vitalité est un laboratoire de recherche sur la santé de l'Université du Québec à Montréal dont la mission est de contribuer à l'amélioration de la santé de la population, en produisant des connaissances scientifiques valides et pertinentes. Sous l'onglet « La santé » se trouvent des conseils et outils d'autogestion de la santé et de la dépression.

CONNAISSEZ-VOUS LA DÉPRESCRIPTION ?

La déprescription, c'est lorsqu'on réduit la dose d'un médicament ou qu'on cesse la prise d'un médicament. La déprescription vise à maintenir ou à améliorer la qualité de vie.

POURQUOI AVOIR RECOURS À LA DÉPRESCRIPTION ?

Les médicaments soulagent des symptômes, guérissent des maladies et peuvent même prolonger la vie. Toutefois, ils peuvent également causer des effets secondaires ou encore interagir entre eux, ce qui peut être néfaste pour la santé. Plus on augmente le nombre de médicaments que l'on prend, plus le risque d'effets néfastes augmente. Il est aussi important de savoir qu'en vieillissant, nous devenons plus sensibles aux effets des médicaments, ce qui accroît notre risque de souffrir d'un effet néfaste.

COMMENT ÇA FONCTIONNE ?

Pour toutes ces raisons, il est suggéré de faire réévaluer ses médicaments par un professionnel de la santé de façon régulière. Celui-ci pourra déterminer si les risques liés à la prise de médicaments sont plus importants que les bénéfices qu'ils apportent et si la déprescription est envisageable. **La déprescription est un processus planifié qui doit être accompagné et supervisé par un professionnel de la santé, que ce soit un pharmacien, une infirmière ou un médecin.**

Source : Réseau canadien pour la déprescription

RÉSEAU CANADIEN POUR LA DÉPRESCRIPTION

www.reseaudeprescription.ca

Le Réseau canadien pour la déprescription vous offre de l'information en lien avec l'utilisation sécuritaire des médicaments et des alternatives sécuritaires aux médications à risque d'effets néfastes. Des articles et ressources sur le sujet y sont proposés.

Information juridique

COMITÉ DES USAGERS DU CENTRE DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE LAVAL

Les droits et les responsabilités

www.cucssslaval.ca/usager/les-droits-et-responsabilites-des-usagers

Sont regroupés sur cette page Web les différents droits en matière de santé et de bien-être au Québec ainsi que les responsabilités de chacun en la matière.

Une loi pour protéger vos droits

<http://collections.banq.qc.ca/retrieve/13906989>

Cette brochure vous explique les grandes lignes de la Loi sur les services de santé et les services sociaux. Elle permet aux usagers du système de santé de développer leur confiance et leur autonomie en améliorant la connaissance de leurs droits.

ÉDUCALOI – SANTÉ

www.educaloi.qc.ca/categories/sante

Cette section du site Web d'Éducaloi explique clairement les droits et obligations des médecins, des patients, des conjoints, des aidants, etc. lorsqu'il est question du système de santé québécois. Plusieurs thèmes sont abordés : interventions médicales, consentement aux soins, inaptitude et perte d'autonomie, etc.

VOS DROITS EN SANTÉ

www.vosdroitsensante.com

Site produit par un cabinet d'avocats qui s'adresse aux usagers de la santé et à leurs proches. Il offre de l'information complète sur le fonctionnement du système de santé, les droits de la personne sur son corps, les recours des usagers, etc.

SUGGESTIONS DE LECTURE



AUGMENTEZ VOS CHANCES DE GUÉRISON : GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT DANS LE SYSTÈME DE SANTÉ

Suzanne Le Blanc. Québec : Presses de l'Université Laval, 2019, 130 p.

Après avoir surmonté l'épreuve d'une maladie jugée incurable et accompagné des personnes souffrantes, l'auteure a compris l'importance de posséder de solides connaissances de base en santé, en tant que patient, pour recevoir les soins les plus appropriés et, en conséquence, augmenter les chances de guérison.



PETIT GUIDE DE SURVIE DES PATIENTS FACE À LA BLOUSE BLANCHE

Lucile Sergent et Samuel Pouvereau. Paris : First éditions, 2019, 159 p.

Comment survivre au pays du soin, et avec quels outils ? Qui ne s'est jamais senti perdu ou troublé après une consultation médicale ? Patients et soignants ne parlent pas toujours le même langage, ce qui est source de beaucoup d'incompréhensions et parfois de souffrance. En fin d'ouvrage : un carnet de patient pour vous accompagner dans vos consultations.



LE GUIDE DE SURVIE DU PATIENT : DANS L'ENFER DU SYSTÈME DE SANTÉ

Yves Lamontagne. Montréal : Québec Amérique, 2017, 122 p.

Qui et où consulter ? Comment obtenir un rendez-vous ? Comment vous préparer à la consultation médicale ? Quel type de relation le médecin doit-il avoir avec vous et vous avec votre médecin ? Comment se servir de l'Internet pour trouver la bonne information médicale ? Que penser des médecines alternatives et des produits naturels ? Enfin, sommes-nous trop soignés ?



Aussi disponible sur pretnumerique.ca



LIRE ET COMPRENDRE SES ANALYSES MÉDICALES

Mary Liber. Monaco : Alpen éditions, 2017, 127 p.

Un guide pour décoder ses analyses sanguines car, être informé, c'est mieux se soigner.



VOTRE SANTÉ EST ENTRE VOS MAINS : CE QU'IL FAUT SAVOIR, CE QU'IL FAUT FAIRE

Martine Perez. Paris : Leduc.s éditions, 2017, 295 p.

Ce guide pratique propose des conseils pour soigner seul les maux du quotidien, choisir et utiliser les médicaments avec discernement et se maintenir en forme. Il donne également les outils permettant de repérer les signaux du corps pour lesquels un médecin doit être consulté.

LA CULTURE ACCESSIBLE À TOUS

BAnQ propose une panoplie de services adaptés gratuits à distance et à la Grande Bibliothèque.

Ces services s'adressent à tous les résidents québécois vivant avec une incapacité liée à la mobilité, à l'agilité, à l'audition, à la parole, à la vision, à l'apprentissage ou aux facultés intellectuelles, peu importe leur âge.

- Des livres adaptés, sonores ou en braille, des livres en gros caractères, des vidéos sous-titrées pour malentendants ou en vidéo-description et plus encore!
- Un service d'information et de référence téléphonique offert par du personnel expérimenté.

Abonnement et information à banq.qc.ca



Photo : iStockphoto

GRANDE
BIBLIOTHÈQUE



Bibliothèque
et Archives
nationales

Québec





ASSOCIATION DES BIBLIOTHÈQUES
PUBLIQUES DU QUÉBEC

1453, RUE BEAUBIEN EST, BUREAU 215, MONTRÉAL, QUÉBEC H2G 3C6
514 279-0550 | WWW.ABPQ.CA | INFO@ABPQ.CA