

## Comment devenir membre à vie?

Devenez membre à vie en nous contactant par téléphone ou par courriel, sur Facebook ou via notre site Web et en versant une cotisation de **10\$**.

Vous pouvez également remplir notre formulaire en ligne! Contactez-nous pour recevoir le lien via courriel.

## Pourquoi devenir membre?

Pour supporter l'association et pour nous aider à informer, soutenir et sensibiliser les gens face au cancer du sein.

Pour nous aider à offrir à nos membres des activités de bien-être, du soutien et de l'accompagnement dans leur cheminement.

## \*Au Canada, on estime que :

- 1 femme sur 8 développera un cancer du sein dans sa vie;
- 28 600 femmes recevront un diagnostic de cancer du sein durant l'année;
- 5 500 femmes mourront d'un cancer du sein;
- en moyenne, chaque jour, 78 Canadiennes recevront un diagnostic de cancer du sein;
- en moyenne, chaque jour, 15 Canadiennes mourront d'un cancer du sein;
- 270 hommes recevront un diagnostic de cancer du sein et que 55 en mourront.

\*Selon les révisions médicales de mai 2022.  
Société canadienne du cancer: [www.cancer.ca/fr-ca](http://www.cancer.ca/fr-ca)

## Les Nichons tricotés

*Au sein des femmes* est distributeur des **Nichons Tricotés** en Abitibi-Témiscamingue.

Les nichons sont entièrement lavables. Les prothèses sont douces, légères et offrent une alternative aux prothèses externes traditionnelles suite à une mastectomie. **Les Nichons Tricotés** sont gratuits!

## Pour de l'écoute

Vous avez besoin de parler de ce qui vous arrive? Une intervenante d'*Au sein des femmes* est là pour vous.

Vous voulez parler avec une femme qui est passée par là? Nous vous mettrons en contact avec une personne-ressource!

## Coordonnées

Vous désirez de l'information sur notre association ou avez des questions sur nos services?

## 5 façons de nous joindre

- ✉ [auseindesfemmes@hotmail.com](mailto:auseindesfemmes@hotmail.com)
- ☎ 819-880-0011
- 🌐 [auseindesfemmes.org](http://auseindesfemmes.org)
- F Au sein des femmes
- 🏠 330 rue Perreault Est, local 104  
Rouyn-Noranda, Qc, J9X 3C6

# Soutenir Informer Sensibiliser



*Au sein des femmes*, un lieu d'écoute et d'échange pour les femmes atteintes du cancer du sein et pour leurs proches.

## Historique

C'est en 2014 que Lucie Rioux et sa fille, Annie Duclos ont fondé l'association **Au sein des femmes** pour venir en support aux femmes atteintes du cancer du sein et à leurs proches.

Elles ont elles-mêmes traversé les étapes de la maladie, comme patiente et comme proche, de là est né leur désir d'aider d'autres femmes de la région qui auront à traverser cette épreuve.

Depuis, de nombreuses femmes de la région ont eu recours aux services d'accompagnement, d'écoute et d'information offerts par l'association.

## Lucie

*« J'ai vaincu deux cancers du sein. Jamais je n'aurais cru que ça pouvait m'arriver. Pas à moi! Maintenant, je crois que toutes les femmes devraient se sentir concernées par cette maladie. »*

## Annie

*« La maladie de ma mère m'a amenée à prendre conscience que je suis à risque de développer à mon tour un cancer du sein. »*

## Mission

- Offrir du soutien aux femmes atteintes du cancer du sein ainsi qu'à leurs proches ;
- Contribuer à prévenir le cancer du sein en proposant des activités de sensibilisation et d'information.

## Objectifs

- Offrir aux femmes atteintes du cancer du sein un lieu d'écoute et d'échange afin de briser l'isolement;
- Donner aux femmes de l'information visant à améliorer leur santé;
- Renseigner les femmes sur les meilleurs outils de prévention;
- Organiser des conférences avec des personnes-ressources;
- Offrir des activités de ressourcement afin de mettre un baume sur le coeur et l'âme;
- Accompagner les proches en leur donnant l'occasion de s'informer et de s'entraider.

## Vous désirez vous impliquer?

Si vous désirez faire la différence et vous impliquer à l'association, comme bénévole, comme tricoteuse ou au conseil d'administration, contactez-nous dès aujourd'hui!

**819.880.0011**

**[ausedesfemmes@hotmail.com](mailto:ausedesfemmes@hotmail.com)**

## Aperçu des services et activités

- Écoute, soutien et référence;
- Café-causette;
- Accompagnement lors de rendez-vous médicaux (avec prise de notes);
- Tournée de sensibilisation;
- Séances d'information;
- Ateliers de ressourcement (yoga, méditation, art-thérapie, etc.);
- Remue-méninges (mémoire, attention et concentration);
- Colloque régional sur le cancer du sein;
- Guide des services;
- Centre de documentation;
- Et plus encore!

## Groupe Entraide Stade 4

**Au sein des femmes** a mis sur pied un groupe d'entraide régional visant les échanges conviviaux entre les femmes atteintes d'un cancer métastatique (quel qu'il soit).

## Dépistage

Vous avez une inquiétude face à un examen de dépistage ou êtes en attente d'un résultat? Vous sentez l'anxiété monter? Nous sommes à l'écoute et pouvons vous accompagner au besoin.

**Devenez membre pour tout connaître de nos activités!**