

## Je suis intéressée par le Carnet de Bord:

*Je peux retourner ce coupon rempli ou appeler/écrire aux coordonnées au dos du dépliant. Il est important notamment d'indiquer un numéro de contact.*

Nom \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

### Mes coordonnées de contact:

Tél. \_\_\_\_\_

Portable \_\_\_\_\_

Jours et heures idéales pour être rappelée

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Email \_\_\_\_\_

Rue/N° \_\_\_\_\_

NPA \_\_\_\_\_

Localité \_\_\_\_\_

J'ai trouvé ce dépliant (lieu et/ou personne):

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Date \_\_\_\_\_

# Le Carnet de Bord<sup>©</sup>

- pour toute femme concernée qui en fait la demande
- remis en mains propres
- dans toute la Suisse romande
- gratuit

Pour recevoir le Carnet de Bord<sup>©</sup>:



**asap** | association savoir patient  
réseau cancer du sein  
observatoire des effets adverses

55, bd de la Cluse - 1205 Genève  
Tél. : +41 22 379 49 78 - Fax : +41 22 379 49 79  
permanence@observatoireeffetsadverses.ch  
www.savoirpatient.ch

# Le Carnet de Bord<sup>©</sup>

**pour m'aider à naviguer  
et à garder le cap  
face au cancer du sein**

**des outils pour m'accompagner  
pendant et après  
les traitements**



**asap** | réseau cancer du sein  
observatoire des effets adverses

# modulable selon mes besoins



*"Ayant dû naviguer sans boussole après le diagnostic de cancer du sein, nous avons souhaité créer ce Carnet de Bord®, en collaboration avec des professionnel-le-s. C'est l'outil que nous aurions aimé recevoir.*

*Nous espérons que vous sentirez notre présence à vos côtés, comme un souffle bienveillant tout le long de votre traversée."*

*Le Comité Qualité de Vie  
et Cancer du Sein*

- Je peux y consigner **ma situation avant-diagnostic** et chaque élément de **mon parcours en lien avec le cancer du sein**, autant **les aspects médicaux** que plus **personnels**.
- J'y trouve des aides pour **mieux communiquer**, être **mieux soignée**, **prendre des décisions**, **planifier et gérer**, **préserver et nourrir ce qui m'est précieux**, **évaluer les effets adverses** ou difficultés, **trouver des ressources** pour les pallier.
- Je peux aussi **faire des propositions** pour améliorer le parcours d'autres patientes et **parler de ce qui m'a aidée**.



asap | Le Carnet de Bord®

affranchir svp

Réseau Cancer du Sein / ASAP  
Boulevard de la Cluse 55  
CH-1205 Genève



asap

association savoir patient  
réseau cancer du sein  
observatoire des  
effets adverses