# Voici 5 conseils pour mieux défendre vos intérêts en matière de santé!

1. Personne ne connaît mieux votre corps que vous. Écoutez votre corps et si vous sentez que quelque chose ne va pas, faites confiance à votre instinct.
2. Parlez ouvertement à votre équipe de soins de toute question ou préoccupation que vous pourriez avoir.
3. Prenez des notes détaillées et demandez immédiatement des précisions si quelque chose n'est pas clair pour vous.
4. Ne partez pas avant d'avoir bien compris votre diagnostic et les prochaines étapes à suivre.
5. N'hésitez pas à demander un deuxième avis professionnel.



## Services de soutien gratuits

Mélanome Canada offre une grande variété de services gratuits pour aider les patients à jouer un rôle actif dans leurs soins de santé et leur traitement.

- **Séances d'information**
- **Coaching sur le cancer**
- **Soutien par téléphone et par courriel**
- **Patient Support Groups**
- **Soutien par clavardage en direct**
- **Guides destinés aux patients**

Balayez le code OR pour être dirigé vers ces ressources sur le site officiel de Mélanome Canada.
melanomecanada.ca

MÉLANOME CANADA

soutien au réseau du cancer de la peau

Appelez, clavardez ou envoyez un courriel à Mélanome Canada
1-877-560-8035 | soutien@melanomecanada.ca
@melanomacanada

# LE MÉLANOME NE FAIT PAS DE DISCRIMINATION.

Saviez-vous que les personnes ayant une peau de couleur sont 4x plus susceptibles de recevoir un diagnostic de mélanome une fois que le cancer a atteint un stade avancé ou s'est propagé à d'autres parties du corps ?

Plus le diagnostic est posé tardivement, plus le mélanome est difficile à traiter!

MÉLANOME CANADA

