

## BEFORE AND AFTER SURGERY EDUCATION

Available in-person (with limited numbers) or on-line at [www.sharedhealthmb.ca/bhc](http://www.sharedhealthmb.ca/bhc) - click on Patient Resources

### BEFORE SURGERY EDUCATION

Offered 1<sup>st</sup> and 3<sup>rd</sup> Friday

At this session you will:

- Learn more about your surgery and how to prepare for surgery
- Know what to expect during your hospital stay
- Learn how to take care of yourself at home
- Learn about arm and shoulder exercises and how to increase your activity after surgery
- Know how to arrange your return visit after surgery
- Learn more about coping with breast cancer
- Learn where to go for more support

### AFTER SURGERY EDUCATION

Offered 2<sup>nd</sup> and 4<sup>th</sup> Friday

At this session you will:

- Learn about the different treatments you may have after surgery (chemotherapy, radiation therapy, and hormonal drug therapy)
- Hear what role nutrition has during treatment
- Have your questions answered about arm movement, physical activity and lymphedema

This session is the most helpful if you come before you see the oncologist.

**TIME:** All sessions run from 1:30 to 3:15 pm

**LOCATION:** Breast Health Centre, 400 Taché Avenue – Main Floor, Winnipeg MB.

**TO REGISTER:** Call [204-235-3906](tel:204-235-3906) or [1-888-501-5219](tel:1-888-501-5219)  
You may bring one person with you if you wish. (Space is limited)

**PARKING:** Parking is behind the building, at St. Boniface Hospital parking lots or on the street.

This is a scent free environment. Please do not wear scented products to this session.

## SÉANCES D'INFORMATION : AVANT ET APRÈS LA CHIRURGIE

Disponible en personne (avec un nombre limité) ou en ligne à [www.sharedhealthmb.ca/bhc](http://www.sharedhealthmb.ca/bhc) - cliquer sur Patient Resources

### SÉANCE D'INFORMATION : AVANT LA CHIRURGIE

Offerte le 1<sup>er</sup> et le 3<sup>e</sup> vendredi

Lors de cette séance, vous apprendrez :

- En quoi consiste la chirurgie et comment vous y préparer
- À quoi vous attendre pendant votre séjour à l'hôpital
- Comment prendre soin de vous-même quand vous serez chez vous
- Les exercices des bras et des épaules et comment augmenter votre activité après la chirurgie
- Comment prendre les dispositions nécessaires pour la visite qui suivra la chirurgie
- D'autres façons de faire face au cancer du sein
- Où trouver le soutien nécessaire

### SÉANCE D'INFORMATION : APRÈS LA CHIRURGIE

Offerte le 2<sup>e</sup> et le 4<sup>e</sup> vendredi

Lors de cette séance, vous :

- En apprendrez sur les différents traitements possibles après la chirurgie (chimiothérapie, radiothérapie, hormonothérapie)
- En apprendrez sur le rôle de la nutrition dans votre traitement
- Recevrez des réponses à vos questions sur le mouvement de vos bras, l'activité physique et le lymphœdème

Cette séance sera beaucoup plus utile si vous y assistez avant de consulter l'oncologue.

HEURE : Toutes les séances vont de 13 h 30 à 15 h 15

LIEU : Centre de santé du sein, rez-de-chaussée, 400, avenue Taché, Winnipeg, MB

INSCRIPTION : Composez le [204-235-3906](tel:204-235-3906) ou le [1-888-501-5219](tel:1-888-501-5219)

**Vous pouvez amener une personne si vous le souhaitez. (L'espace est limité)**

STATIONNEMENT : Derrière l'édifice; dans les terrains de stationnement de l'Hôpital Saint-Boniface; sur la rue.

Le Centre est un milieu sans parfum. Prière de ne pas porter des produits parfumés à cette séance.