# « Mon guide » aide et soutient les personnes atteintes de cancer

Pour accompagner les personnes souffrant d'un cancer et leurs proches, la **Fondation contre le Cancer** présente « Mon Guide » : à la fois agenda, carnet de notes et ressource, il se veut un véritable compagnon de route pour les patients.

Il a 3 fonctions :

- un agenda qui permet de noter rendez-vous médicaux, questions, traitement à suivre. Un pense-bête bien utile pour se faciliter la vie !
- des conseils d'hygiène de vie, des recettes pour vos repas… Il vous accompagne et vous encourage dans la poursuite de vos objectifs.
- des trucs et astuces pour faciliter la communication avec votre entourage. En effet l'entourage joue un rôle primordial pour les patients, mais ils n'est pas toujours facile d'échanger (ou pas) sur la maladie.

Retrouvez les informations concernant Mon Guide sur cette page. Celui-ci peut être commandé gratuitement via cancerinfo.