


# Apoyo Gratuito para el Cáncer



## Contáctenos

Para obtener más información, llame al 630.560.0336 o envíe un correo electrónico a [bdiazmartinez@wellnesshouse.org](mailto:bdiazmartinez@wellnesshouse.org)

 Para obtener más información sobre recursos de transporte, llame al 630.654.5356



Obtenga más información sobre wellness house

## Consulta de Pelucas

Solo con cita  
Home of Hope  
para programar una cita de peluca de Wellness House  
llame a Blanca Díaz-Martínez  
630.560.0336

Recomendaciones personalizadas para el estilo, color, ajuste y cuidado de la peluca con uno de nuestros expertos. Reciba una peluca sin alguno costo si tiene pérdida de cabello debido a su tratamiento de cáncer.

## Programas en Persona

### Información y Educación

**Hola Hermosa!**  
miércoles, septiembre 27  
5:30 – 6:30 p.m.

MSHC, 1st floor, Conference Room  
Para registrarse y obtener más información, comuníquese con Blanca Díaz-Martínez al 630.560.0336 o [bdiazmartinez@wellnesshouse.org](mailto:bdiazmartinez@wellnesshouse.org)

### Nutrición

**Programa práctico de cocina familiar**  
miércoles, septiembre 21  
6:00 – 7:30 p.m.

Home of Hope  
Para registrarse comuníquese con Blanca Díaz-Martínez al 630.560.0336 o [bdiazmartinez@wellnesshouse.org](mailto:bdiazmartinez@wellnesshouse.org)  
Nuestra clase de cocina será una divertida experiencia para reunirse con su familia. Unirse para aprender nuevas recetas, deliciosas y saludables.

### Apoyo

**Grupo de Apoyo para Personas Viviendo con Cáncer**

Jueves, 13 de julio – 31 de agosto  
5:30 – 6:45 p.m.

Home of Hope  
Este grupo de apoyo está diseñado para abordar los desafíos emocionales que vienen con un diagnóstico de cáncer al brindar un espacio seguro para que las personas diagnosticadas con cáncer se reúnan para compartir experiencias, lidiar con la ansiedad y la preocupación y para apoyarse mutuamente.

**Grupo de Conexiones de Cáncer Recurrente o Metastásico**

Home of Hope  
Contacte a Ima García Pérez a través de correo electrónico [igarciaperez@wellnesshouse.org](mailto:igarciaperez@wellnesshouse.org) o llame 630.654.7217 para fechas y información  
Este grupo mensual se enfoca en temas relacionados con el cáncer recurrente y metastásico y invita a las personas diagnosticadas, igual que a los miembros de la familia que apoyan a un ser querido con cáncer.

## Programa en línea

### Nutrición

**Cocinar para el cáncer**  
sábado, julio 8, agosto 5, septiembre 9  
9:30 – 10:30 a.m.

Se requiere registro  
Esta demostración de clase y cocina contará con recetas fáciles y saludables para ayudarlo a incorporar deliciosamente los alimentos que combaten el cáncer en su dieta.

### Apoyo

**Grupo de Apoyo para Mujeres Viviendo con Cáncer**

Cada martes  
4:00 – 5:00 p.m.

Se invita a las mujeres de todas las edades con un diagnóstico de cáncer a unirse a este grupo semanal para compartir sus experiencias y su camino hacia el cáncer. Este grupo de apoyo está diseñado para abordar los desafíos emocionales que vienen con un diagnóstico de cáncer al brindar un espacio seguro para que las personas diagnosticadas con cáncer se reúnan para compartir experiencias, lidiar con la ansiedad y la preocupación y para apoyarse mutuamente.

### Ejercicio

**Yoga en español**  
Cada sábado  
11:00 a.m. – 12:30 p.m.

Se requiere registro  
En asociación con ALAS-Wings  
Posturas de yoga para principiantes y restaurativas basadas en colchonetas y de pie, instruidas en español.