

# APOYO GRATUITO PARA EL CÁNCER

Para obtener más información, comuníquese por correo electrónico.



## Contáctenos

Para obtener más información, llame al 630.654.7217 o [igarciaperez@wellnesshouse.org](mailto:igarciaperez@wellnesshouse.org)

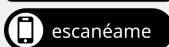
## Consulta de Terapia



Home of Hope

Para programar una cita de terapia, llama a Ima García Pérez 630.654.7217 o [igarciaperez@wellnesshouse.org](mailto:igarciaperez@wellnesshouse.org)

Wellness House ofrece sesiones de terapia para personas afectadas por el cáncer, como las personas diagnosticadas con cáncer, los cuidadores o los miembros de la familia.



Obtenga más información sobre wellness house

## Programas en Persona

### Grupo de apoyo para personas viviendo con cáncer

**cada miércoles | 5:00 - 6:15 pm** *Se requiere registro*  
*DIRECCIÓN: 131 N. County Line Rd., Hinsdale, IL 60521*

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 se reúnan para compartir experiencias, lidiar con la ansiedad y la preocupación y para apoyarse mutuamente. Este grupo tocara diferente temas de cáncer en diferente secciones.

### Cocinar para el cáncer

**sábado, abril 5, mayo 3, junio 7 | 9:30 - 11:00 am**

*DIRECCIÓN: 131 N. County Line Rd., Hinsdale, IL 60521*

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.

### Programa práctico de cocina familiar

**jueves, mayo 29 | 5:30 p.m. - 7:00 p.m.**

*DIRECCIÓN: 131 N. County Line Rd., Hinsdale, IL 60521*

Nuestra clase de cocina será una divertida experiencia para reunirse con su familia. Unirse para aprender nuevas recetas, deliciosas y saludables.

### Grupo español de apoyo al cáncer de Rush Oak Park

*DIRECCIÓN: Rush Oak Park, 610 S. Maple Ave, Oak Park, 60304 Cuarto: 2000*  
Wellness House, en colaboración con Rush Oak Park, está planeando lanzar un grupo de apoyo en español para personas diagnosticadas con cáncer. Este grupo de apoyo está diseñado para abordar los desafíos emocionales relacionados con un diagnóstico de cancer. Las personas diagnosticadas con cáncer se reunirán para compartir experiencias, lidiar con la ansiedad y la preocupación, y para apoyarse mutuamente. Si tiene interes póngase en contacto con Ima García Pérez por correo electrónico o número de teléfono (630-654-7217 o [igarciaperez@wellnesshouse.org](mailto:igarciaperez@wellnesshouse.org))

### Habilidades de Afrontamiento con Ima García Pérez

**lunes, junio 2 | 5:00 - 6:00 p.m.**

*DIRECCIÓN: 3249 S Oak Park Ave., Berwyn IL 60402*

Únete a Ima Garcia Perez para explorar habilidades de afrontamiento que pueden ayudar a que tu camino con el cáncer sea más manejable, brindándote apoyo y herramientas para los desafíos que enfrentas.

## Programa en línea

### Yoga en español

**sábado | 11:00 am - 12:00 pm** *Se requiere registro*

*En asociación con ALAS-Wings*

Posturas de yoga para principiantes y restaurativas basadas en colchonetas y de pie, instruidas en español.