Wellness House for LIVING with CANCER
You'll feel better inside.

APOYO GRATUITO PARA EL CÁNCER

Para obtener más información, comuníquese por correo electrónico o por teléfono.



Contáctenos

Para obtener más información, llame al 630.654.7217 o igarciaperez@wellnesshouse.org

Consulta de Consejero

Home of Hope or online

Para programar una cita de terapia, llame a Ima Garcia Perez 630-654-7217. 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.

Consulta de Pelucas

Home of Hope

Para programar una cita de peluca de Wellness House llame a Sofia Herron Geller a 630-560-0335, sherrongeller@wellnesshouse.org. 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.

Consultas de ejercicio

Para programar una consulta, comuníquese con Ima Garcia Perez.

Consultas de nutricion

Para programar una consulta, comuníquese con Everly Inzunza, einzunza@wellnesshouse.org o 630-654-5194.

escanéame

Obtenga más información sobre Wellness House

Apoyo

Grupo de apoyo para personas viviendo con cáncer

Cada miércoles | 5:00 - 6:15 pm | *En persona y en línea*

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.

Ejercicio

Yoga en español

Sábado | 10:00 - 11:00 am | *en línea | En asociación con ALAS-Wings*

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

Yoga en español

Jueves | 6:00 - 7:00 pm | *en línea*

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

Yoga en español

Martes Octubre 13, Noviembre 17, Diciembre 8 | 5:00 - 6:00 pm | *En persona*

Stickney Library, 6800 43rd St, Stickney, IL

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

Nutrición

Cocinar para el cáncer

Sábado, Octubre 10, Noviembre 14, Diciembre 5 | 10:30 am - 12:00 pm en línea

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

Temas de nutrición con la Dietista

Miercoles, Octubre 14 | 6:15 - 7:00 pm | en línea

En esta clase abordaremos diversos temas relacionados con la nutrición. Analizaremos a fondo los hábitos, alimentos y nutrientes que, según las investigaciones, aumentan o disminuyen el riesgo de cáncer, así como la manera de incorporar estas recomendaciones a una dieta equilibrada.

Cocinar para el cáncer

Martes Octubre 13, Noviembre 17, Deciembre 8 | 6:00 -7:00 pm | *En persona*

Stickney Library, 6800 43rd St, Stickney, IL

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

Feria de Nutrición

Sábado, Octubre 3 | 9:00 am – 2:30 pm

Acompáñenos en un día de comida, aprendizaje y diversión. Descubra formas prácticas de incorporar una alimentación basada en alimentos integrales de origen vegetal a través de presentaciones de expertos, demostraciones culinarias, talleres prácticos y la presencia de vendedores locales.

Dia de los Muertos

Sábado, Octubre 31
10:00 am - 12:30 pm

Wellness House los invita a recordar, celebrar y honrar a nuestros seres queridos que hemos perdido a causa del cáncer. Considere traer una foto de su ser querido y/o algún objeto especial que lo honre. Durante este evento se ofrecerán refrescos y botanas.