

¿QUE PUEDE HACER POR USTED SU NAVEGADORA DE APOYO DE SHANTI?



ACOMPañARLA A SUS CITAS.

Ir a citas sola puede ser difícil. Pero su navegadora de apoyo la puede acompañar y además puede ayudarle a preparar preguntas y tomar apuntes durante la cita.

OBTENER TRANSPORTACIÓN

Estar en tratamiento implica tener muchas citas médicas y sentirse agobiada. Ofrecemos cupones para taxi y los servicios de auto a domicilio (tipo Lyft) cuando le faltan las fuerzas o las ganas de manejar o tomar transporte público.

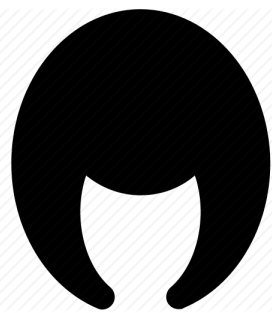


OBTENER APOYO ALIMENTARIO

El tratamiento del cáncer puede dificultarle cocinar por sí misma, ya sea por cansancio o malestar. Podemos conectarle a servicios a domicilio de comida saludable y provisión de alimentos.

OBTENER APOYO ECONÓMICO

Tener cáncer puede ser costoso, especialmente si ha tenido que dejar de trabajar durante su tratamiento. Hay recursos de asistencia económica que le pueden ayudar.



OBTENER ARTÍCULOS ESPECIALES (PELUCAS, GORROS, SOSTENES)

Muchas mujeres pierden el cabello debido a la quimioterapia. Podemos conectarla para obtener recursos materiales como pelucas, sombreros, sostenes, prótesis y prendas para el linfoedema.

PARTICIPAR EN PROGRAMAS DE BIENESTAR

Los distintos programas de Shanti ofrecen una variedad de actividades para sus clientes. Nuestro programa para mujeres con cáncer ofrece sesiones, tanto virtual como presencial, de yoga, terapia de arte, talleres de nutrición y estrategias para el manejo de los síntomas, y charlas sobre la salud y el bienestar.



ENCONTRAR RECURSOS DE CUIDADO COMPLEMENTARIO

De acupuntura, masajes, reiki y tratamientos a base de hierbas que pueden hacerle sentir mejor durante el tratamiento.

CONECTAR CON UN/A VOLUNTARIO/A DE SHANTI

Los voluntarios/as de Shanti están capacitados/as para dar apoyo emocional y práctico a nuestras clientas, como ayudarlas a hacer compras o quehaceres, o simplemente brindarles compañía, en persona o por teléfono.



ESCUCHAR Y APOYAR

El rol más importante de su navegadora de cuidados es escucharle desde el corazón y apoyar sus necesidades emocionales durante su diagnóstico, tratamiento y recuperación.



Programa Shanti para Mujeres con Cáncer
730 Polk St., 3rd Floor
San Francisco, CA 94109
415-674-4770

WHAT CAN YOUR SHANTI CARE NAVIGATOR DO FOR YOU?



SHE CAN GO WITH YOU TO APPOINTMENTS.

Going to appointments alone can be hard. Your Care Navigator can accompany you to appointments. She can also help you prepare a list of questions and take notes during the appointment.

SHE CAN GIVE YOU TAXI VOUCHERS FOR MEDICAL APPOINTMENTS.

You may have a lot of appointments in the coming months. When you feel too sick to ride the bus for medical appointments, taxi vouchers can help.



SHE CAN HELP YOU TO APPLY FOR FOOD ASSISTANCE.

Sometimes, cancer treatment can make it difficult to cook for yourself. You may be tired or in pain. Healthy, prepared meals and groceries may be available to you.



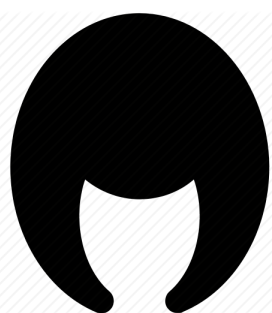
SHE CAN HELP YOU FIND RESOURCES FOR FINANCIAL ASSISTANCE.

Having cancer can be expensive, especially if you must leave your job during your treatment. There are financial assistance resources that may help.



SHE CAN HELP YOU FIND A WIG OR HAT.

You may lose your hair to chemotherapy. There are material support resources available to you, such as wigs, hats, bras, prostheses, or lymphedema garments.



SHE CAN INVITE YOU TO SHANTI'S WELLNESS AND SURVIVORSHIP PROGRAM.

Shanti offers many workshops to clients. They include yoga, art therapy, nutrition education, symptom management, and group health chats.



SHE CAN HELP YOU FIND COMPLEMENTARY CARE RESOURCES.

Acupuncture, massage, Reiki, and herbal treatments have made many clients feel more comfortable during treatment.



SHE CAN CONNECT YOU WITH A SHANTI VOLUNTEER.

Shanti volunteers are trained to provide support to our clients. They can help run errands, do chores, or just keep you company.



SHE CAN LISTEN AND SUPPORT YOU THROUGH YOUR CANCER JOURNEY.

The most important role of your Care Navigator is to listen from the heart and support your emotional needs throughout your diagnosis, treatment, and recovery.



Shanti Project | Women's Cancer Program
730 Polk St., 3rd Floor
San Francisco, CA 94109
415-674-4770