

Apoyo durante su trayecto

Para pacientes oncológicos y familiares de UWMC

UW Medicine
UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER



*Use la cámara
de su teléfono
para obtener
la copia digital
de este folleto.*

Grupos de apoyo

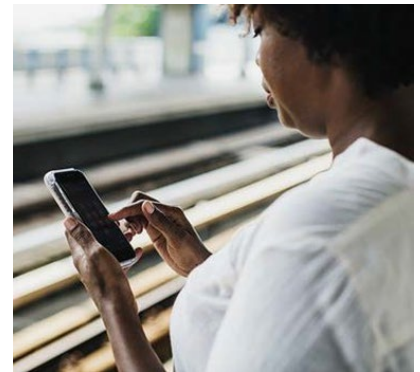
Un grupo de apoyo es cuando varias personas se reúnen y comparten experiencias similares; es un lugar seguro en el que puede expresar sus inquietudes. El grupo puede reunirse en persona, en línea o por teléfono.

Existen grupos de apoyo enfocados en diagnósticos específicos. Estos pueden brindar apoyo emocional y social a usted y sus seres queridos. En estos también puede aprender nuevas formas de sobrellevar su diagnóstico y tratamiento.

Apoyo telefónico y por internet

Algunos grupos se reúnen por internet o por teléfono.

- **CancerCare:** ofrece grupos de apoyo para pacientes y cuidadores. Debe inscribirse para participar. Todos los grupos tienen cierto tiempo de duración, inicio y fin. Visite www.cancercare.org/support_groups.
- **Línea telefónica de Cancer Lifeline:** ofrece apoyo telefónico a cualquier persona afectada por cáncer. Su personal y voluntarios están capacitados para brindar apoyo e información. Llame al 206.297.2500 de lunes a sábado, desde las 9 de la mañana hasta las 9 de la noche.
- **Cancer Lifeline:** ofrece varios grupos de apoyo, clases y programas educativos. Visite su sitio web para ver el catálogo de cursos actuales e inscribirse, www.cancerlifeline.org.
- **Cancer Pathways:** ofrece grupos de apoyo, clases y asesoramiento de asistencia social. Visite el sitio web para obtener más información sobre su programación y recursos. www.cancerpathways.org.



Algunos grupos de apoyo se reúnen en línea o por teléfono.

Asesoramiento

Los consejeros o psicoterapeutas ofrecen asesoramiento individual o familiar. Pueden tratar problemas complejos y asistirle cuando otros recursos de apoyo no satisfacen sus necesidades. Su asistente social puede ayudarle a contactar a un consejero con enfoque en problemas relacionados con el cáncer.

- **Cancer Care Counseling Program:** este programa ofrece asesoramiento gratuito telefónico para personas con cáncer, sus cuidadores y seres queridos. Para hablar con un consejero, llame al 800.813.HOPE (4673) o envíe un correo electrónico a info@cancercare.org.

- **Cancer Lifeline Counseling Program:** el estado de Washington brinda servicios de consejería gratuitos a todo adulto y niño que enfrenta los desafíos de un diagnóstico y tratamiento de cáncer.

Cancer Lifeline también ofrece asesoramiento gratuito a los seres queridos con un diagnóstico de cáncer. Se enfoca en personas sin seguro o en aquellos que no han podido encontrar un terapeuta. Para llenar una solicitud en línea visite:

cancerlifeline.org/counseling-services

Programas de orientación y apoyo entre pares

Estos programas ofrecen apoyo al paciente y cuidadores de parte de personas que han vivido experiencias similares. Este apoyo se proporciona en línea o por teléfono.

- **Imerman Angels:** www.imermanangels.org/get-support
- **4th Angel Mentoring Program:** www.4thangel.org

¿Preguntas?

Sus preguntas son importantes. Comuníquese con su médico o proveedor de atención médica si tiene alguna pregunta o inquietud.

Nombre y número telefónico de su proveedor o asistente social:

Support for Your Journey

For UWMC oncology patients and families

Support Groups

A support group is a gathering of people who share a similar journey. Support groups can provide a safe place for you to share your concerns. The groups may meet in person, online, or on the phone.

Diagnosis-specific support groups can provide emotional and social support for you and your loved ones. You may also learn new ways to cope with your diagnosis and treatment.

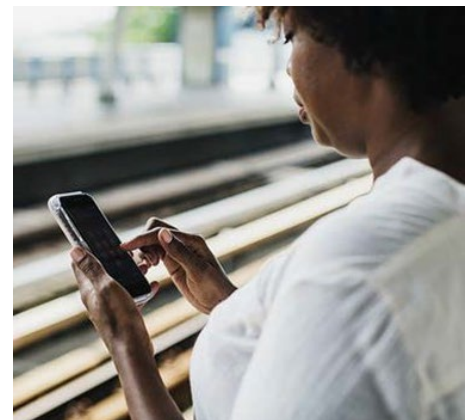


*Scan for a
digital copy of
this handout.*

Phone and Online Support

Some support groups meet online or by phone.

- **CancerCare:** CancerCare offers support groups for patients and caregivers. You must register for a group to attend. All groups have start and end dates. Visit www.cancercares.org/support_groups
- **Cancer Lifeline Phone Line:** Cancer Lifeline has a phone line to support anyone touched by cancer. Their trained staff and volunteers provide caring support and information. Call 206.297.2500 Monday through Saturday, 9 a.m. to 9 p.m.
- **Cancer Lifeline:** Cancer Lifeline offers a variety of support group, classes, and educational programming. Please visit their website to look at their current course catalogue and learn how to register for programming. www.cancerlifeline.org
- **Cancer Pathways:** Offers support groups, classes, and social work support. Please visit their website to learn more about their programming and resources. www.cancerpathways.org



*Some support groups meet online
or by phone.*

Counseling

Counselors or therapists offer one-on-one or family counseling. They can help with complex issues or when other types of support do not meet your needs. Your social worker can help you connect with a counselor who works with cancer-related issues.

- **Cancer Care Counseling Program:** This program provides free counseling over the phone for people with cancer and their caregivers and loved ones. To ask to speak with a counselor, call 800.813.HOPE (4673) or send an email to info@cancercares.org.

- **Cancer Lifeline Counseling Program:** This program provides free counseling services to adults and children of all ages in Washington state who are struggling with the challenges of a cancer diagnosis and treatment.

Cancer Lifeline also provides free counseling to those who have a loved one with a cancer diagnosis. It focuses on those without adequate insurance resources, or those who have been unable to find a therapist on their own. To apply, please fill out the online form found at: cancerlifeline.org/counseling-services

Peer Support Mentoring Programs

Peer programs offer support for patients and caregivers from someone who has been on a similar journey. This support is provided online or over the phone.

- **Imerman Angels:** www.imermanangels.org/get-support
- **4th Angel Mentoring Program:** www.4thangel.org

Questions?

Your questions are important.
Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

Your provider or social worker's name and number:
