## LA LÍNEA TELEFÓNICA Y PROGRAMA DE APOYO ADELPHI PARA EL CÁNCER DEL SENO

Nunca estás muy ocupada para cuidar de ti.

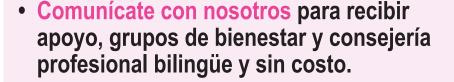


## MI LISTA DE SALUD



MANTENTE ACTIVA.







**DUERME BIEN.** 



 Llámanos para hablar con una sobreviviente de cáncer de mama , en Español.



HAZ TUS CITAS DE CUIDADO MÉDICO.



 Participa en nuestros talleres educativos virtuales para aprender sobre temas de salud y como recibir una mamografía gratis o a bajo costo.



PRACTICA EL AUTOCUIDADO.



COME UNA DIETA SALUDABLE.



El Programa del Cáncer del Seno Adelphi 800.877.8077

breastcancerhotline@adelphi.edu breast-cancer.adelphi.edu



CONOCE Y LUCHA POR TUS DERECHOS.





ESCUCHA TUS INSTINTOS.









