

# PREPÁRATE PARA 'LEVÁNTATE Y RECÁRGATE', EL SÁBADO, 23 DE MARZO

Cancer Support Community Arizona (CSCAZ) llevará a cabo su programa mensual 'Levántate y Recárgate' en sus instalaciones. El evento mensual gratuito ofrece varias sesiones, que incluyen arte, ejercicio y apoyo. Es una oportunidad única para integrarse como comunidad para promover una cultura de hermandad y camaradería y al mismo tiempo resaltar los recursos disponibles para ayudar a mejorar la calidad de vida de quienes están siendo afectados por el cáncer.

“Es muy difícil tener cáncer y es muy importante saber que no estás solo. Puedes encontrar alegría, consuelo y fortaleza en tu familia, amigos y grupos de apoyo”, dijo Josefina Patiño, quien participó en el evento 'Levántate y Recárgate' celebrado en febrero de 2024. “En 'Levántate y Recárgate' encontré una red increíble, poderosa y

compasiva que me ha ayudado a superar la enfermedad y que me inspira a hacer algo positivo, como cuidarte a tí mismo a través de la educación, la nutrición, el ejercicio y un estilo de vida más saludable”.

Según la American Cancer Society, se espera que haya 42,670 diagnósticos de cáncer en 2024, lo que representa un aumento de 1,500 en comparación con el 2023. Los cánceres de mama, próstata y pulmón son los tipos de cáncer más comunes en el estado.

CSCAZ proporciona un ambiente enriquecedor que ayuda a reducir el impacto de la enfermedad en los pacientes y sus seres queridos durante todo el proceso de recuperación.



## Detalles del próximo evento

Sábado, 23 de marzo de 9 a.m. a 2 p.m. en las instalaciones de CSCAZ ubicadas en 360 East Palm Lane, Phoenix, AZ 85004.

Regístrate en este enlace: [bit.ly/LevantateyRecargate](https://bit.ly/LevantateyRecargate) o busca levántate y recárgate en Facebook.

Para preguntas o información adicional, llama o envía un mensaje de WhatsApp al (602) 712-1006.

Síguelos en Facebook @Programa Latino CSCAZ e Instagram @programalatinocscaz para estar al tanto de todos los eventos.



Fotografías: CSCAZ



Fotografías: CSCAZ



Fotografías: CSCAZ

**TEL 623-271-7405 - FAX 623-271-9083**

**COLOMBIA** 

**SERVICIO DE NOTARIO**  
**RECARGAS**  
**ARTESANÍA COLOMBIANA**  
**TARJETAS DE NEGOCIOS**  
**COMIDA COLOMBIANA**

*Express...*

**SERVICIO DE PAQUETERÍA**  
**A COLOMBIA, MEXICO,**  
**GUATEMALA**  
**Y OTROS PAÍSES.**

**12313 NW GRAND AVE SUITE D**  
**EL MIRAGE AZ 82335**

**PRESENTE ESTE AVISO Y RECIBA 5% DE DESCUENTO**

