

**WomenCARE** provides the following services:

❖ **ENTRE NOSOTRAS (BETWEEN US).**

Our Watsonville office provides culturally sensitive support to Spanish speaking women with cancer: emotional support groups; home visits and education for the entire family; transportation; translation; referrals to, and assistance in accessing, needed resources.

❖ **INFORMATION & REFERRALS**

Phone support and referrals to local and non-local cancer resources

❖ **SOS: SISTERS OFFERING SUPPORT**

Trained cancer survivors provide one-on-one peer support for women living with any type of cancer.

❖ **PRACTICAL SUPPORT**

Transportation to medical appointments, meals, light house cleaning, occasional childcare, & more

❖ **BODYWORK AND BODY CARE**

Certified practitioners offer massage, energy work, acupuncture, nutritional consultations, facials, & more. Sessions are free to WomenCARE clients.

❖ **COMMUNITY OUTREACH AND EDUCATION**

Speaker's Bureau, outreach to medical community, and on-site lending library

❖ **LEGAL ADVOCATES**

Lawyers provide simple wills and durable power of attorney.

**VOLUNTEER OPPORTUNITIES**

**Loyal volunteers deserve credit for most of WomenCARE's services.** If you have skills or experiences that would serve women with cancer, or our organization, please call us to learn more about opportunities.

**WOMENCARE**

(831) 457-2273  
(831)457-2278 (fax)  
2901 Park Avenue, Suite A1  
Soquel, CA 95073

**HOURS**

Monday and Wednesday, 9 am to 1 pm  
Tuesday and Thursday, 1 pm to 5 pm

**E-MAIL**

[office@womencaresantacruz.org](mailto:office@womencaresantacruz.org)

**WEBSITE**

[womencaresantacruz.org](http://womencaresantacruz.org)  
[facebook.com/WomenCARE](https://facebook.com/WomenCARE)

**ENTRE NOSOTRAS**

(831) 761-3973  
406 Main Street, Suite 211  
Watsonville, CA 95076

**WomenCARE** is a program of Family Service Agency of the Central Coast.  
Family Service Agency Administrative Office:  
phone: 831-423-9444 | fax: 831-423-1532  
[www.fsa-cc.org](http://www.fsa-cc.org)

**WomenCARE**

WomenCARE is a program of a non-profit, 501(c)(3) organization. Donations are tax deductible to the fullest extent allowed by law. Tax ID #94-1716354.

*"Before I came to the group (Entre Nosotras) I was very sad and deeply depressed. Now, I know I have cancer but I also know I'm not alone and that I have a lot of support."*

—Maria T., client

**WomenCARE**  
Women's Cancer Advocacy, Resources & Education



Support services for women  
with all types of cancer,  
at all stages of the journey

**(831) 457-2273**

Servicios de apoyo para mujeres  
con cualquier tipo de cáncer, cubriendo  
todas las etapas de la jornada.

**(831) 761-3973**



*"You are not alone."*



**WomenCARE** is a program of the  
Family Service Agency of the Central Coast  
831.423.9444 | [fsa-cc.org](http://fsa-cc.org)



**WomenCARE**

If you are a woman with any kind of cancer, we offer you, your family, your friends, and health care practitioners, a wide array of support services throughout your journey.

**Cancer weaves innumerable changes**—small and profound—into women's lives. We acknowledge cancer as a complicated disease that can strike any woman, and we believe no woman is to blame. WomenCARE honors the unique choices you make in managing your illness.

WomenCARE offers a variety of groups and classes:

**EMOTIONAL SUPPORT GROUPS**

- ❖ Tuesday's Cancer Support
- ❖ Advanced, Recurrent, Metastatic (Arm-In-Arm)
- ❖ Post Treatment
- ❖ Spanish language in Santa Cruz
- ❖ Friends & Family
- ❖ Entre Nosotras in Watsonville

**HEALING CIRCLE CLASSES**

- ❖ Art for Healing
- ❖ Complementary Treatment Forum
- ❖ Laughter Yoga
- ❖ Mindfulness Meditation
- ❖ Writing
- ❖ Qigong
- ❖ Yoga

*"You have allowed me to rest and heal and lean on you ... which has allowed me in turn to learn what I need to do in order to survive ... recover ... and live a more meaning-ful life. You make me feel safe in an unknown sea of possibilities. Thank you, WomenCARE, for being you."*

—Joni, client

**WomenCARE** provee de los siguientes servicios:

❖ **ENTRE NOSOTRAS**

Nuestra oficina de Watsonville provee apoyo y servicios culturalmente sensibles a las mujeres de habla hispana con cáncer: grupos de apoyo emocional, visitas a domicilio y educación a la familia completa, transporte, traducciones, referencias y asistencia para obtener los recursos que usted necesita.

❖ **INFORMACIÓN Y REFERENCIAS**

Apoyo por teléfono y referencias a recursos locales y fuera de la comunidad.

❖ **SOS: HERMANAS OFRECIENDO APOYO**

Sobrevivientes de cáncer capacitadas para proveer apoyo personal a mujeres que viven con cualquier tipo de cáncer.

❖ **APOYO PRÁCTICO**

Transporte a sus citas médicas, alimentos, limpieza ligera de casas, cuidado de niños ocasional y más.

❖ **TRABAJO Y CUIDADO CORPORAL**

Profesionales certificados ofrecen masajes, trabajo energético, acupuntura, consultas nutricionales, tratamientos faciales y más. Las sesiones son gratuitas para las clientes de WomenCARE.

❖ **PROMOCIÓN, EDUCACIÓN Y DIFUSIÓN COMUNITARIAS**

Oficina de oradores, promoción, difusión y alcance a la comunidad médica y una biblioteca de préstamos en el mismo sitio.

❖ **DEFENSORES LEGALES**

Los abogados proveen servicios de testamentos sencillos así como poder legal.

**OPORTUNIDADES PARA TRABAJO VOLUNTARIO**

**Nuestros fieles voluntarios se merecen el crédito de la mayor parte de los servicios de WomenCARE.**

Si usted tiene conocimientos y experiencia que podrían ser útiles a mujeres con cáncer o a nuestra organización, favor de llamarnos para informarle sobre nuestras oportunidades.

**WOMENCARE**

(831) 457-2273  
2901 Park Avenue, Suite A1  
Soquel, CA 95073

**HORARIO**

Lunes y miércoles, 9 am a la 1 pm  
Martes y jueves, 1 pm a las 5 pm

**CORREO ELECTRÓNICO**

[office@womencaresantacruz.org](mailto:office@womencaresantacruz.org)

**SITIO WEB**

[womencaresantacruz.org](http://womencaresantacruz.org)  
[facebook.com/WomenCARE](https://facebook.com/WomenCARE)

**ENTRE NOSOTRAS**

(831) 761-3973  
406 Main Street, Interior 211  
Watsonville, CA 95076

WomenCARE es un programa de la Agencia de Servicios para Familias de la Costa Central. Agencia de Servicios para Familias Oficina Administrativa:

phone: 831-423-9444 | fax: 831-423-1532  
[www.fsa-cc.org](http://www.fsa-cc.org)



WomenCARE es un programa que forma parte de una organización 501(c)(3) sin fines de lucro. Sus donaciones son deducibles de impuestos hasta donde lo permita la ley. Número federal de impuestos: #94-1716354

*“Antes de venir al grupo mi tristeza y mi depresión eran muy grandes. Ahora, sé que tengo cáncer, pero sé que no estoy sola y que hay mucho apoyo.”*

—Maria T., cliente



Servicios de apoyo para mujeres con cualquier tipo de cáncer, cubriendo todas las etapas de la jornada.

**(831) 761-3973**

Support services for women with all types of cancer, at all stages of the journey

**(831) 457-2273**



*“No estás sola.”*



WomenCARE es un programa de la Agencia de Servicios para Familias de la Costa Central. 831.423.9444 | [fsa-cc.org](http://fsa-cc.org)



Si es una mujer con cualquier tipo de cáncer, le ofrecemos a usted, a su familia, a sus amigos y a los profesionales del cuidado de la salud, una diversidad de servicios de apoyo en todas las etapas de su jornada.

*El cáncer trae consigo cambios innumerables—* en la vida de las mujeres, algunos pequeños y otros muy profundos. Entendemos que el cáncer es una enfermedad muy complicada que puede atacar a cualquier mujer. También pensamos que ninguna mujer tiene la culpa de eso. WomenCARE respeta las elecciones personales que usted hace para tratar de manejar su enfermedad.

WomenCARE ofrece una variedad de grupos y de clases:

**GRUPOS DE APOYO EMOCIONAL**

- ❖ Martes de Apoyo contra el Cáncer
- ❖ Avanzado, Recurrente, Metastásico (Arm-In-Arm)
- ❖ Post-tratamiento
- ❖ En Santa Cruz y en Español
- ❖ Amigos y Familiares
- ❖ **Entre Nosotras** en Watsonville

**CLASES DEL CÍRCULO DE CURACIÓN**

- ❖ El arte de la curación
- ❖ Foro de tratamiento complementario
- ❖ Yoga de la Risa
- ❖ Meditación consciente
- ❖ La escritura
- ❖ Qigong
- ❖ Yoga

*“Tú me has permitido descansar, sanar y apoyarme sobre tu hombro... lo cual me ha permitido aprender lo que tengo que hacer para poder sobrevivir, recuperarme y vivir una vida más completa. Tú me haces sentir segura en un mar desconocido y lleno de posibilidades. Muchas gracias, WomenCARE, por ser lo que eres”*

—Joni, cliente