

Cuidar de sí mismo...para poder cuidar de su ser querido



Maru, mentora de cuidadores de Be The Match

Be The Match® le ofrece el **Programa del Manual para Cuidadores** (Caregiver's Companion Program) gratuitamente, en español. Este programa puede ayudarle a cuidar mejor de sí mismo y a hacer frente a los desafíos y sentimientos que conlleva cuidar de una persona durante el proceso de un trasplante.

Usted:

- ¿Es el cuidador principal de un paciente receptor de un trasplante?
- ¿Debe asumir nuevas responsabilidades en su hogar, en el trabajo o como cuidador?
- ¿Le interesa recibir apoyo y saber más sobre cómo cuidar de sí mismo?

El **Programa del Manual para Cuidadores** puede ser justo lo que necesita. Se le asignará un mentor de Be The Match que le brindará apoyo en español por teléfono. También recibirá un útil material de ayuda en español con consejos y herramientas para su bienestar físico y emocional.

Pida más información o inscríbese a través de: **pacienteinfo@nmdp.org**
1 (888) 999-6743

Deseamos agradecer el apoyo de Servicios Nacionales para Trasplantes (National Transplant Services) de Kaiser Permanente por la traducción al español del libro "Manual para cuidadores".

NP20220; JAN 2015; Spanish



Taking care of yourself...so you can care for your loved one



Maru, Be The Match caregiver coach

Be The Match® offers the free **Caregiver's Companion Program**—in Spanish. The program can help you take better care of yourself and cope with the challenges and feelings that come with caring for someone during the transplant (BMT) journey.

Are you:

- The main caregiver of a transplant patient?
- Taking on new responsibilities at home, at work or in your caregiving role?
- Interested in getting support and learning more about self-care?

The **Caregiver's Companion Program** may be right for you. You'll be teamed with a Be The Match coach who provides support in Spanish over the phone. You'll also receive a useful toolkit written in Spanish that gives you tips and tools for your emotional and physical well-being.

Request more information or
enroll at: **pacienteinfo@nmdp.org**
1 (888) 999-6743



We gratefully acknowledge the support from Kaiser Permanente National Transplant Services for the Spanish translation of the Caregiver's Companion book.