

Programa **ACTIVITAT FÍSICA I NUTRICIÓ**

Programa de benestar corporal que combina l'exercici físic i l'alimentació saludable amb l'objectiu d'aconseguir un canvi en els pacients oncològics cap a un estil de vida saludable, millorant la seva qualitat de vida.

**DEL 26.04.21
AL 15.07.21**

Aquest programa és gratuït i està dirigit a **pacients tractats de malaltia oncològica, una vegada finalitzat el tractament** (cirurgia, quimioteràpia, radioteràpia).

Es faran 3 sessions setmanals

Marxa nòrdica presencial:

Dilluns i dimecres de 09.30 a 11 h.

Educació nutricional online:

Dijous, de 10 a 11 h.

INSCRIPCIONS

Informació o inscripcions al telèfon **930 129 383** o a **maresme@aecc.es**

Places limitades degut a la situació de pandèmia.

AECC Punt Comarcal Maresme

c. Onofre Arnau,, 13-15. Mataró

Horari d'atenció:

De dl. a dv. de 9.30 a 13.30 h.

A les tardes, atenció telefònica al **930 129 383**



Col·laboren:



Ajuntament
de Mataró



Col·legi
de Fisioterapeutes
de Catalunya

**AECC-Catalunya
Contra
el Càncer**