



Onconature

<http://onconature.es/>

Retiro de salud en la sierra de Madrid

El autocuidado es clave para mantener tu calidad de vida durante el tratamiento del cáncer.



DESCONECTA
Permítete un fin de semana de descanso haciendo talleres de autoaprendizaje y disfrutando de la naturaleza en compañía.

Dirigido a: enfermos de cáncer y familiares



APRENDE
Nutrición, ejercicio físico y mindfulness.

Liderado por la Dra. Julia Ruiz Vozmediano (Oncóloga) y su equipo (fisioterapeuta, nutricionista, psico-oncóloga e instructores de mindfulness).



DISFRUTA
Disfruta de la naturaleza en el Hotel Rural Lo Alto, Gredos

Puente de Noviembre (2 noches y tres días).
** Según disponibilidad de asistentes*
350 € (alojamiento, pensión completa y talleres).

REGÁLATE UN RETIRO DE SALUD



Tendrás un 20% de descuento si te apuntas antes del 20 de septiembre



<http://www.hrloalto.com/>

Paraje La Mata, s/n, 05416 El Arenal, Ávila,
España