



**PROXECTO DE
ACTIVIDADE FÍSICA PARA MULLERES CON
ENFERMIDADE ONCOLÓXICA**

Inscríbete a Móvetete+!

Actividade física que busca contribuír a mellorar a calidade de vida das mulleres que están nalgún proceso oncolóxico mediante a redución dos efectos secundarios dos tratamentos recibidos, a **mellora da autoestima** das participantes e a **construción dunha rede de coidados** sobre a que apoiarse e afrontar as dificultades do día a día.

As actividades físicas que se realicen adaptaranse ao estado e posibilidades das persoas que se inscriban no programa.

Nº de prazas: 30* [*Asignaranse por rigorosa orde de inscrición]

Dirixido a: mulleres que están nalgún proceso oncolóxico ou que xa o pasaron

Horario: os venres de 10:30 a 12:00 (Grupo 1) ou de 12:00 a 13:30 (Grupo 2)

Para máis información, contacta con nós no **981 610 000 – Ext. 3503 | 3120** e no correo **igualdade@oleiros.org** ou **igualdadeoleiros@gmail.com**