

Guide touristique pour le patient atteint d'une maladie rénale

Aide pour choisir la destination de vos vacances



30

**Des destinations en Espagne
adaptées à vos besoins**

Cette production est soutenue par :



Titre :

Guide touristique pour le patient atteint d'une maladie rénale

Deuxième édition :

Mars 2022

Conception et élaboration :

Diaverum Services Rénaux en collaboration avec la Fédération Européenne des Patients Insuffisants Rénaux

Édition et mise en page :

Studio de design graphique Emeyé.es

Publication :

Diaverum Services Rénaux

Approuvé par :

Association des personnes atteintes d'une maladie rénale de Catalogne (ADER)

Fédération Européenne des Patients Insuffisants Rénaux (EKPF)

Fédération nationale des associations ALCER (Association de lutte contre les maladies rénales)

Société espagnole de néphrologie (SEN)

Société espagnole de soins infirmiers néphrologiques (SEDEN)

Société espagnole de dialyse et de transplantation (SEDYT)

Cette production est soutenue par :



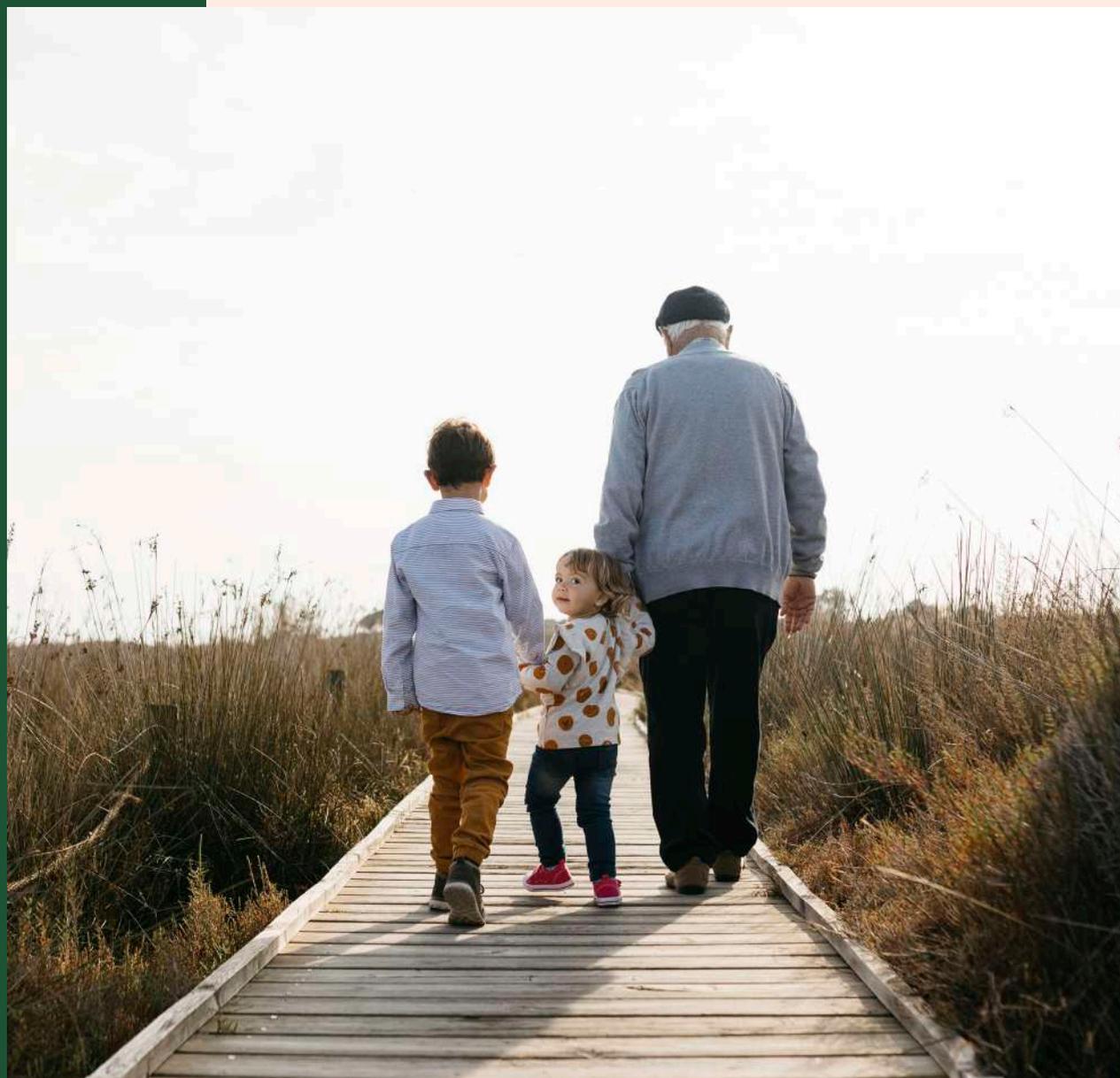
REMARQUE : Les opinions exprimées par les auteurs ne reflètent pas nécessairement la position de la S.E.N.



30 destinations en Espagne
adaptées à vos besoins

Sommaire

Bienvenue	6	Elche	60
Sur avis médical	8	Catalogne	62
Expérience d'un patient atteint d'une maladie rénale	10	Barcelone	64
Conseils nutritionnels	12	Pineda de Mar	68
		Mataró	70
Andalousie	16	Badalona	72
Torremolinos	18	L'Hospitalet de Llobregat	74
Estepona	20	Galice	76
Malaga	22	Saint-Jacques-de-Compostelle	78
Torre del Mar	26	Pontevedra	80
Huelva	28	Vilagarcia	82
Cartaya	30	Îles Baléares	84
Mines de Riotinto	32	Palma de Majorque	86
Séville	34	Madrid	88
Motril	38	Madrid	90
Jaén	40	Murcie	92
Communauté de Valence	42	Caravaca de la Cruz	94
Valence	44	Castille-et-Léon	96
Gandía	48	Ponferrada	98
Sagunto	50	Qui est Diaverum ?	100
Requena	52	Programme d.HOLIDAY	104
Oropesa del Mar	54	Nos centres	106
Vinarós	56	Soutien institutionnel	112
Alicante	58		



Bienvenue

Cher patient :

Nous avons le plaisir de vous présenter la 2^e édition du « **Guide touristique pour le patient atteint d'une maladie rénale** », réalisé par Diaverum. Notre activité est centrée sur les patients atteints d'une maladie rénale, et l'un de nos principaux objectifs est d'améliorer leur qualité de vie, grâce à d'excellents soins médicaux et à des outils qui les aident à profiter pleinement de la vie.

Nous pensons que voyager est un droit qui ne devrait pas être affecté par le fait de souffrir d'une maladie rénale. Au cours des dernières années, nous avons ouvert de nouveaux centres de dialyse dans des endroits très attrayants pour les touristes et les vacanciers, ce qui vous permettra de combiner des vacances bien méritées avec un traitement de la plus haute qualité.

Tous les centres de dialyse du groupe Diaverum, tant au niveau national qu'international, travaillent avec un système standardisé, garantissant ainsi que les traitements administrés sont de la même qualité, quel que soit le lieu où ils se trouvent. Un souci en moins lorsque l'on part en voyage.

S'adaptant aux temps nouveaux et à la situation de ces deux dernières années, toutes nos règles et procédures internes ont été renforcées, et adaptées si nécessaire, assurant ainsi la continuité des soins et la santé, tout comme la sécurité des patients et des professionnels.

Dans ce guide, nous vous présentons

30 destinations touristiques en Espagne où vous pourrez profiter de quelques jours de repos, tout en bénéficiant d'un traitement de dialyse et de soins individualisés et de qualité dans l'une de nos 47 cliniques en Espagne.

Notre réseau de cliniques est ouvert à tout patient, même si son centre d'origine n'est pas Diaverum. Notre équipe vérifiera toutes les informations médicales nécessaires pour assurer la continuité du traitement selon les niveaux de qualité les plus élevés. Il ne vous reste plus qu'à choisir votre destination et, bien sûr, à profiter de vos vacances.

L'Espagne est un leader mondial en matière de tourisme et de santé. Les services de santé espagnols, publics et privés, sont reconnus pour leur grande qualité et le haut niveau de formation de leurs professionnels, offrant des soins de pointe et un environnement totalement sûr.

Avec nous, des institutions de renom dans le monde des soins rénaux ont cru au projet et nous ont apporté leur soutien, ce dont nous tenons à les remercier très sincèrement.

Nous sommes à votre disposition et espérons que ce guide vous intéressera et que nous pourrions compter sur votre entière confiance pendant vos vacances.

José María Ordóñez
Directeur général de Diaverum
Espagne

« Dans ce guide, nous vous présentons 30 destinations touristiques en Espagne où vous pourrez profiter de quelques jours de repos, tout en bénéficiant d'un traitement de dialyse et de soins individualisés et de qualité dans l'une de nos 47 cliniques en Espagne. »



Sur avis médical

Pourquoi les vacances sont-elles importantes pour un patient souffrant d'une maladie rénale ?

Sur avis médical.

Chacun d'entre nous a le droit de se reposer, de découvrir, de voyager, de profiter de son temps libre, en d'autres termes, de prendre des vacances. Cela fait partie de ce que nous entendons par « qualité de vie ». Dans le cas des personnes souffrant d'insuffisance rénale chronique (IRC) et suivant un traitement de substitution par hémodialyse, ce droit ne peut être oublié. Au contraire, il doit être mis en avant.

Vivre avec une IRC peut être considéré comme un travail supplémentaire à plein temps, qui exige un dévouement constant et attentif. Une obligation quotidienne qui épuise souvent le patient et sa famille et/ou ses soignants, c'est un aspect très important à prendre en compte. S'occuper d'une personne, même d'un parent proche, demande un grand investissement en temps et en efforts qui peut être physiquement et psychologiquement épuisant. Par conséquent, les aidants ne doivent pas oublier que prendre soin d'eux-mêmes signifie prendre mieux soin du membre de leur famille, car ils sont un pilier de soutien pour eux. Les vacances sont donc également importantes pour les patients et les membres de la famille et/ou les aidants.

En tant que spécialistes médicaux, nous ne pouvons pas donner de vacances à l'IRC, mais nous pouvons recommander de profiter de quelques jours de repos, de sortir des lieux habituels pour en connaître de nouveaux. Quelques jours à se consacrer à soi-même et à cultiver la bonne humeur et l'énergie positive, alliés indispensables pour reprendre des forces et continuer à travailler chaque jour pour sa santé et son bien-être.

Nous sommes fiers de pouvoir rompre avec l'idée que les familles et/ou les soignants de personnes atteintes d'IRC sous hémodialyse ne peuvent pas voyager en toute sécurité et profiter en même temps de séjours de vacances dans les différents centres Diaverum disponibles.

Dans le même temps, nous ne devons pas perdre de vue la période difficile que nous vivons. Si vous envisagez de voyager, nous vous recommandons de le faire après avoir été entièrement vacciné. Cela rendra votre voyage plus sûr et vous permettra de profiter davantage de ces moments. N'oubliez pas, pendant votre voyage, de continuer à prendre toutes les précautions nécessaires pour réduire le risque de toute sorte d'infection.

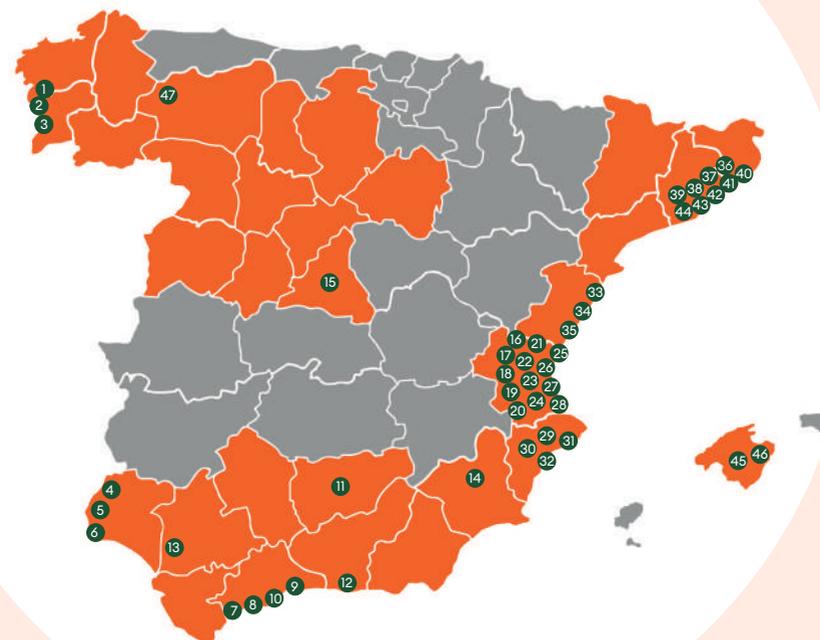
Restez en sécurité et profitez de vos vacances bien méritées.

Dr. Shaira Martínez Vaquera

Direction médicale Diaverum Espagne

« Quelques jours à consacrer à soi-même, à accumuler de la bonne humeur, de l'énergie positive et de nouvelles expériences sont des forces alliées indispensables pour poursuivre le travail quotidien de prise en charge de la santé et du bien-être. »

Les vacances sont nécessaires et recommandées pour la **santé physique et mentale** du patient



Galice

- 1 Diaverum Saint-Jacques
- 2 Villagarcía
- 3 Pontevedra

Andalousie

- 4 Minas de Riotinto
- 5 Costa de la luz
- 6 Plages de Cartaya
- 7 Estepona
- 8 Torremolinos
- 9 Axarquía
- 10 Malaga
- 11 Santa Catalina
- 12 Motril
- 13 Isla de la Cartuja

Murcie

- 14 Diaverum Caravaca

Madrid

- 15 Diaverum Madrid

Communauté de Valence

- 16 Diaverum Valence
- 17 Diaverum Requena
- 18 Diaverum Gandía
- 19 Burjassot
- 20 Gamapal
- 21 Nephroclub
- 22 Diaverum Sagunto
- 23 Diaverum Alfarfar
- 24 Diaverum Xirivella
- 25 Diaverum Torrent

- 26 Diaverum Catarroja

- 27 Diaverum Lliria

- 28 Diaverum Paterna

- 29 Diaverum Elche

- 30 Diaverum Orihuela

- 31 Diaverum Alicante

- 32 Diaverum San Vicente

- 33 Diaverum Vinaróz

- 34 Diaverum Oropesa

- 35 Diaverum Castellón

Catalogne

- 36 Mataró
- 37 Baix Llobregat
- 38 Institut d'hémodialyse de Barcelone

- 39 Nephros

- 40 Virgen de Montserrat

- 41 Emilio Rotellar

- 42 Palau

- 43 Institut médical de

- Badalona

- 44 Diaverum Maresme

Îles Baléares

- 45 Diaverum Inca

- 46 Diaverum Palma

Castille-et-Léon

- 47 Diaverum Ponferrada

Quel impact positif les voyages ont-ils eu sur votre vie en tant que patient atteint d'une maladie rénale ?

Pour beaucoup de gens, il n'y a pas de meilleur sentiment que de voyager et d'être en contact avec le monde. Non seulement vous découvrirez de nouvelles façons de comprendre la vie, de relever les défis quotidiens, de vous engager et de vivre, mais vous apprenez aussi beaucoup sur vous-même. Mes voyages m'ont permis d'apprendre à connaître d'autres cultures et de vivre des expériences uniques et authentiques. Grâce aux voyages, j'ai rencontré de nombreuses personnes différentes, dont beaucoup sont encore très importantes pour moi, tout en découvrant d'autres cultures, formes d'art, architectures et lieux intéressants.

Au fil des ans, j'ai appris que ma maladie ne me définit pas. Le seul moment où je me sens comme un malade du rein, c'est pendant les séances d'hémodialyse. À la fin de mon traitement, je suis comme tout le monde... quelqu'un qui a des rêves, des hobbies et des aspirations. Mon objectif est de vivre pleinement ma vie, comme le ferait toute personne en bonne santé. J'essaie d'être actif physiquement et mentalement, de bouger et de découvrir d'autres endroits.

Plus que tout, j'apprécie mon indépendance et la possibilité de réaliser mes rêves, comme voyager et découvrir d'autres cultures.

Il est vrai que les personnes comme moi dépendent d'une machine pour survivre,

mais cette machine est disponible dans le monde entier.

À l'EKPF (Fédération Européenne des Patients Insuffisants Rénaux), nous promovons et encourageons la mobilité des personnes atteintes de maladies rénales dans le monde entier, y compris celles qui sont dépendantes de l'hémodialyse.

Les programmes de dialyse de vacances doivent permettre aux patients rénaux de se déplacer librement pour voyager et, en tant que président de l'EKPF, j'espère que ce guide vous montrera comment cela est possible.

Le but est d'atteindre l'horizon, qui est plein de nouvelles expériences.

Personnellement, je pense que l'expérience, comme les voyages, est bien plus importante que les possessions.

Les voyages m'ont appris à profiter de chaque instant et à toujours chercher de nouveaux objectifs. Bien que vivant avec une insuffisance rénale, j'essaie toujours de trouver les meilleures nouvelles destinations dans toutes les situations : qu'il s'agisse de quelques jours de repos, d'une aventure ou d'un grand tour de ville. Tous ces moments vous permettent de déconnecter et de faire une pause dans une routine épuisante, et vous rappellent que la vie peut offrir de nombreuses opportunités merveilleuses.

« Les voyages m'ont appris à profiter de chaque instant et à vouloir toujours fixer un autre objectif »



Daniel Gallego

Président d'EKPF et de la Fédération Alcer
Patient atteint d'une maladie rénale depuis 1995

Conseils nutritionnels pour votre voyage

Pendant les vacances, la routine quotidienne laisse place à l'improvisation, les horaires deviennent plus flexibles et beaucoup de nos repas sont pris à l'extérieur de la maison. Pour les patients souffrant de problèmes rénaux, il est essentiel de faire attention à leur alimentation et de manger de manière adéquate et équilibrée afin de ne pas négliger leur qualité de vie, même pendant les vacances. Toutefois, ce contrôle ne doit pas aller à l'encontre de la volonté de profiter au maximum de votre séjour et de la destination que vous avez choisie.

Chaque patient a des besoins particuliers et doit suivre les directives nutritionnelles recommandées par ses médecins, et faire attention à l'apport en liquide, potassium, sodium ou phosphore. Chez Diaverum, conscients de l'importance de prendre soin de l'alimentation du patient, nous avons voulu rassembler quelques conseils pratiques pour suivre une alimentation saine, même si nous voyageons et fréquentons les bars et



Ne sautez pas de repas
Suivez des horaires stables
Surveillez l'apport en liquide
Évitez les aliments frits et gras
Restez actif

Diaverum Des soins rénaux qui améliorent la vie

les restaurants.

Avant tout, il est très important de ne pas sauter de repas et d'essayer de suivre un horaire régulier afin que le corps suive ses rythmes normaux. Si nous modifions les horaires et supprimons des repas, nous aurons alors tendance à choisir des portions plus importantes et il nous sera plus difficile d'opter pour des aliments sains.

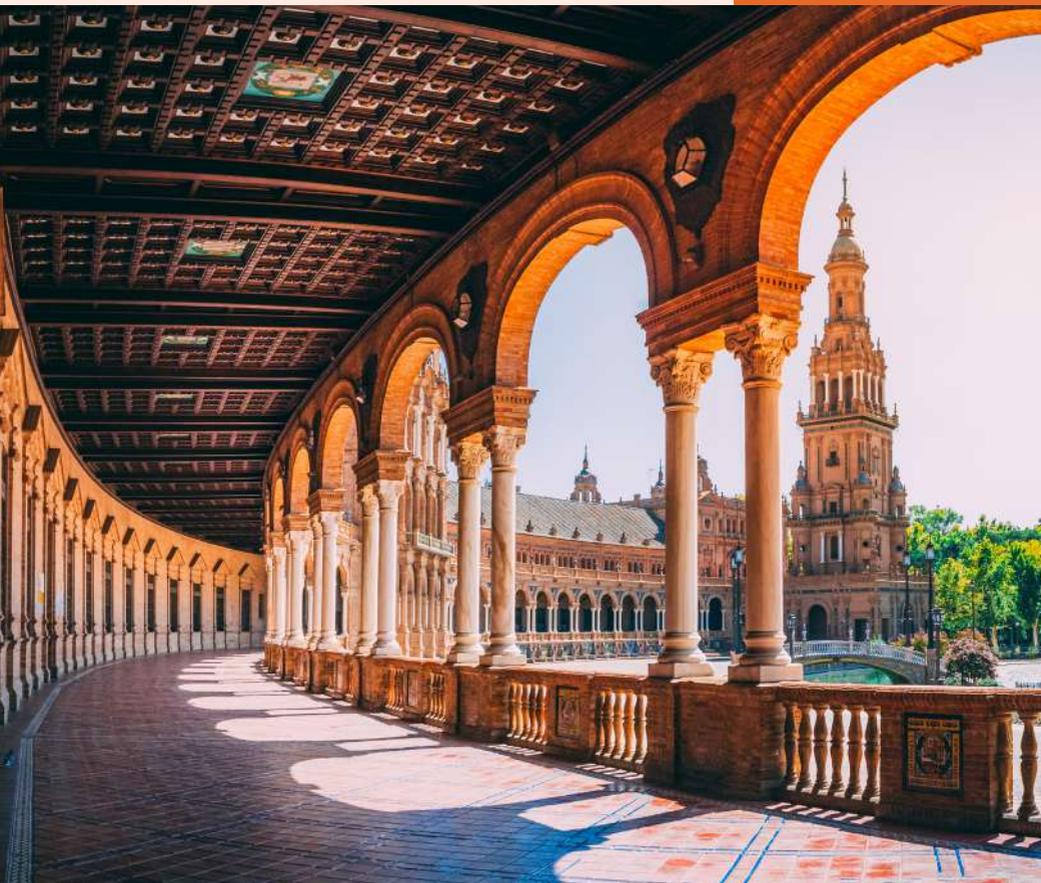
De même, si vous allez au restaurant, il est préférable de ne pas arriver l'estomac vide et de toujours opter pour l'option la plus saine ; évitez les aliments frits et gras au profit d'aliments bouillis ou grillés. Même si vous allez essayer cette spécialité culinaire savoureuse, essayez de limiter les portions de ces aliments déconseillés et complétez votre assiette avec des aliments recommandés pour votre régime. Par exemple, il peut être judicieux de choisir des restaurants qui proposent des demi-portions sur leurs menus, ce qui vous permet de combiner plusieurs plats. Il est également conseillé de contacter le restaurant à l'avance et de demander les options qui correspondent le mieux à vos besoins en tant que patient souffrant d'insuffisance rénale. Ils seront ravis de vous aider !

Enfin, un bon repas doit être accompagné d'une bonne promenade. N'oubliez pas que, même en vacances, il est important de rester actif, le meilleur complément à une alimentation saine pour se sentir bien.



Avoir une alimentation équilibrée est essentiel pour ne pas négliger **vos** **qualité de vie**





Place d'Espagne à Séville

Espagne

L'Espagne a été le berceau de diverses cultures et civilisations. Un pays riche en art, en gastronomie, en culture et en loisirs. Elle fascine par son mélange d'architecture gothique, romane et mauresque, ses corridas traditionnelles et son incomparable cuisine espagnole.

Elle possède également près de 8 000 kilomètres de côtes, avec des plages pour tous les goûts, et un irrésistible climat ensoleillé.

Ce sont quelques-unes des raisons pour lesquelles ce pays attire chaque année des milliers de visiteurs, qui décident de revenir pour en profiter à nouveau.

Avec notre programme de dialyse de vacances d.HOLIDAY, choisissez votre centre de dialyse Diaverum pour vos vacances et nous vous aiderons dans la gestion de votre place de dialyse.

Planifiez votre voyage de vacances et profitez de ce pays plein de contrastes et d'activités infinies pour tous les goûts.

Torremolinos

Estepona

Malaga

Torre del Mar

Huelva

Cartaya

Minas de Riotinto

Séville

Motril

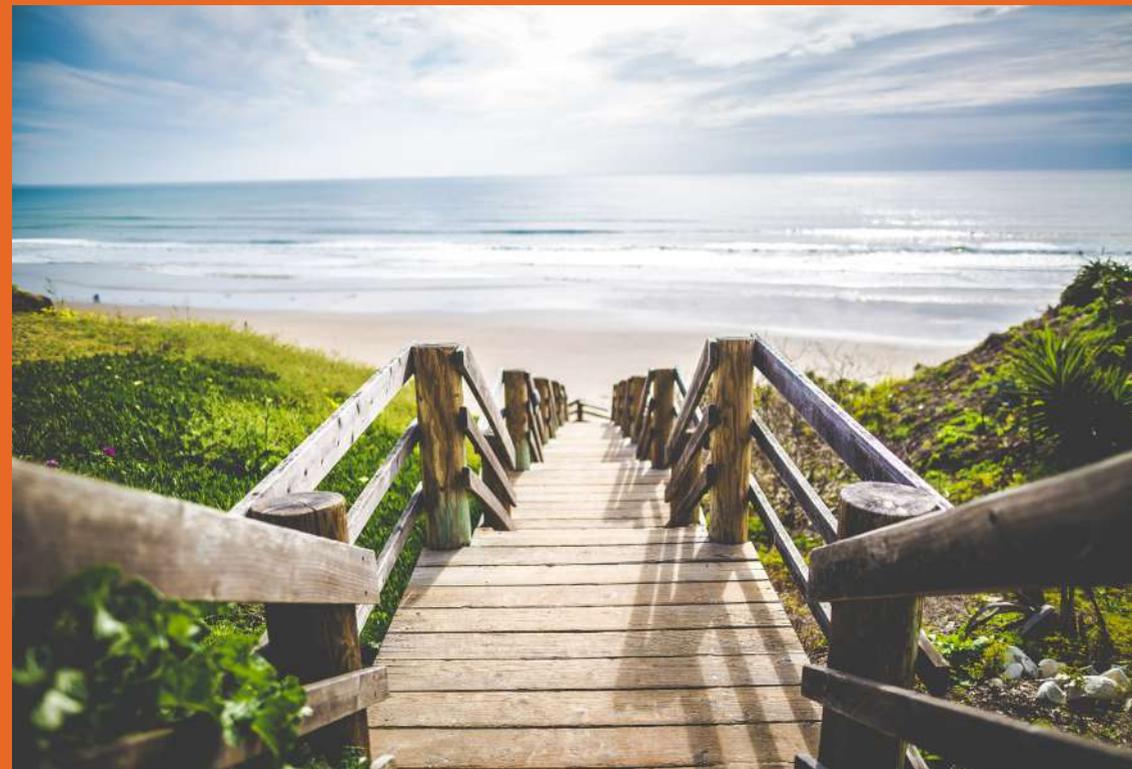
Jaén



Andalousie

L'immensité de l'Andalousie, une terre sûre et surprenante. Pour ceux en quête de soleil et de plage, pour les passionnés de tourisme intérieur, pour les amateurs d'histoire ou pour ceux qui aiment découvrir de nouvelles saveurs.

L'Andalousie est la destination touristique la plus complète au monde grâce à son large éventail d'attractions touristiques, son climat, ses communications, ainsi que son infrastructure hôtelière et l'hospitalité de ses habitants. Elle attire chaque année des millions de touristes nationaux et étrangers pour leurs vacances d'été.



Plage de Huelva, Espagne

Torremolinos

Province de Malaga

Torremolinos, une ville située à seulement 12 kilomètres de la ville de Malaga, est connue comme le point d'accès à la Costa del Sol. Lieu de peuplement des plus anciennes civilisations de la Méditerranée, Torremolinos est aujourd'hui une ville de style moderne qui conserve les charmes fascinants des traditions andalouses.

La principale attraction touristique de Torremolinos, ce sont ses plages. Elle possède près de 7 kilomètres de littoral, avec en particulier les plages de Los Álamos, Playamar, El Bajondillo, La Carihuela, Montemar et El Saltillo. Ici, les visiteurs peuvent profiter de plus de 300 jours de soleil et de températures agréables tout au long de l'année. Les activités à Torremolinos sont innombrables : se baigner et profiter du soleil presque toute l'année, pratiquer toutes sortes de sports, y compris le golf, ou bien se rendre dans les nombreux restaurants où l'on peut déguster le typique « pescaíto frito » (poisson frit).



Comment s'y rendre

En avion jusqu'à l'aéroport de Malaga et transfert en voiture (12,6 km).

En train, AVE (TGV) jusqu'à la gare de María Zambrano, puis transfert en voiture de 24 km.

Par l'autoroute A-7, qui contourne la ville par le nord.

Emplacement de la clinique : À 1,1 km de la gare ferroviaire et à 650 mètres de la gare routière.

Contactez-nous :

Centre de dialyse de Torremolinos

C/ La Cruz, 58
29620 TORREMOLINOS
(Málaga)
Tél. : 00 34 952 374 869
torremolinos@diaverum.com



Découvrez notre gastronomie

Si vous êtes un amateur de cuisine traditionnelle, du *pescaíto*, des *espetos* (brochettes de sardines) ou du riz aux fruits de mer, l'offre incroyable de Torremolinos ne vous décevra pas avec les produits les plus frais servis dans les restaurants. Toutes sortes de plats de riz, de paellas, de poissons grillés ou en brochette, et de viandes juteuses grillées. Sans oublier un autre grand protagoniste de cette offre : les fruits de mer, qu'ils soient cuits ou grillés. L'appellation d'origine Malaga est également connue pour l'excellente qualité de ses vins, notamment ses vins doux.

Les endroits à ne pas manquer !

Parc de la Paloma à Benalmádena.

À 6 km de la clinique, 12 min en voiture.

Ronda.

À 112 km de la clinique, 1h32 en voiture.

Mijas Pueblo.

À 6,6 km de la clinique, 14 min en voiture.

Selwo Marina.

À 22,3 km de la clinique, 23 min en voiture.

Gibraltar.

À 50,3 km - 51 min en voiture

Sotogrande

À 22,1 km - 26 min en voiture.

Une promenade culturelle à Torremolinos ?

09h00 Promenade à **Playamar** en respirant la brise fraîche de la mer.

10h00 Petit déjeuner dans un bar de Bajondillo et visite de la maison des Navajas (rue Las Mercedes).

10h30 Visite de la **Carihuela**, le vieux quartier des pêcheurs.

12h00 Balade le long du port maritime de Puerto Marina.

14h00 Déjeuner à Los Mellizos de la Carihuela.

16h30 Explorer la **rue San Miguel** qui est la plus célèbre et prendre un café sur **la place de la Nogalera**.

18h30 Visite du Pueblo Blanco.

19h30 Promenade dans le parc de la Batería, un jardin de 74 000 m² par excellence dans la commune.

20h30 Se promener à la plage de Los Alamos et assister à la préparation des brochettes de sardines, typiques de Malaga.



Estepona

Province de Malaga

Estepona est un site idyllique entouré à la fois par la Méditerranée et les montagnes. Son centre historique est bordé de pots de fleurs colorés qui se marient exquisément avec ses jardinières et son parc botanique d'orchidées. Outre sa beauté naturelle, Estepona mise sur l'art et la culture, sur un tourisme de qualité axé sur le soleil et la plage et sur un large éventail d'activités de loisirs, du kitesurf à la visite d'un coin de la savane africaine, en passant par l'équitation ou l'observation des baleines. Il y a beaucoup de choses à faire à Estepona pour que vous ne vous ennuyiez jamais... des activités amusantes à faire sur le moment ou pour en faire un style de vie...

Une promenade culturelle à Estepona ?

09h00 Excursion aux **Pedregales** : Un site naturel de grande beauté qui se distingue par ses magnifiques vues panoramiques sur la côte africaine et Gibraltar.

11h30 **Église paroissiale de Nuestra Señora de los Remedios** : Église du XVIII^e siècle occupée de 1725 à 1766 comme couvent par les Pères Franciscains de l'Ordre Tertiaire.

12h00 **Ermitage du Calvario** : Construit au XVIII^e siècle, il servait à l'origine de lieu de refuge pour les malades.

12h30 **Torre del Reloj (Tour de l'horloge)** : Datant du XV^e siècle, elle fait partie de l'église

détruite de la forteresse.

13h00 **Place des Flores** : L'une des places les plus célèbres d'Estepona est située dans la vieille ville et à quelques minutes seulement de la mer.

13h15 **Bibliothèque municipale et la maison de la culture** : Les heures de visite sont du lundi au vendredi de 10 h à 14 h et de 17 h à 21 h.

14h15 **Déjeuner à la place des Flores**

15h30 **Château de San Luis** : c'est une ancienne forteresse construite par la reine Isabelle la Catholique au début du XVI^e siècle. Aujourd'hui, il ne reste que les ruines de ses murailles.

16h30 **Palais des congrès** : Le bâtiment est entouré de 15 000 m² d'espaces verts, dispose

de plus de 300 places de parking et même d'un hélicoptère.

17h30 **École d'art équestre** : L'un des centres équestres les plus remarquables et les plus réputés d'Espagne, avec des installations parmi les plus modernes d'Europe.

19h00 **Phare de Punta Doncella** : Phare de trafic aéro-maritime d'une hauteur de 22 mètres, situé entre le front de mer et le port maritime.

19h30 **Port de plaisance et port de pêche** : Le port d'Estepona est situé à seulement 5 minutes du centre-ville. C'est un port petit mais charmant, où vous pourrez profiter d'une vue magnifique et de l'atmosphère maritime.



Contactez-nous :

Centre de dialyse d'Estepona

Avd. Puerta del Mar, 54,

29680 Estepona

Tél. : +34 951 31 65 83

estepona@diaverum.com

Découvrez notre gastronomie

Une autre attraction touristique d'Estepona est sa gastronomie. Compte tenu de sa situation géographique, Estepona possède une gastronomie très variée, basée sur les produits de la campagne et de la mer. Bien qu'elle soit très similaire à celle de la Costa del Sol en général, on peut dire que ses plats typiques sont les sardines cuites dans une tuile, le poisson salé et la salade de poulpe.



Comment s'y rendre

En avion jusqu'à l'aéroport de Malaga et transfert en voiture (90km).

En train, AVE (TGV) jusqu'à la gare de María Zambrano de Malaga, puis transfert en voiture de 76 km.

Gare routière d'Estepona.

Autoroute A-7.

Emplacement de la clinique :
À 1,3 km du front de mer Pedro Manrique.

Les endroits à ne pas manquer !

Selwo Aventura.
À 13,8 km - 19 min en voiture.

Port Banús.
À 24,6 km - 27 min en voiture.

Marbella.
À 34,3 km - 25 min en voiture.

Ronda.
À 69,2 km - 1h10 en voiture.

Gibraltar.
À 50,3 km - 51 min en voiture.

Sotogrande.
À 22,1 km - 26 min en voiture.

Malaga

Province de Malaga

Malaga est l'un des sites touristiques les plus connus et les plus remarquables du pays, marqué par sa côte méditerranéenne, le fleuve Guadalmedina et la proximité des montagnes de Malaga. La ville est également connue pour être le lieu de naissance du célèbre peintre Pablo Ruiz Picasso, auquel deux espaces du centre historique sont consacrés : la « Casa Natal de Picasso », qui abrite la fondation du même nom et où sont conservés des objets de son enfance (située sur la place de la Merced), ainsi que l'un des trois musées les plus importants sur l'artiste : le musée Picasso-Malaga



Découvrez notre gastronomie

C'est une cuisine de la mer influencée par tous les peuples de la Méditerranée. Les salaisons phéniciennes et romaines, les pâtisseries arabes à base de miel et de noix et les techniques culinaires castillanes sont célèbres parmi les influences sur la cuisine.

En outre, vous trouverez facilement de nombreux bars de plage et restaurants sur le front de mer : de véritables sanctuaires de la bonne cuisine traditionnelle de Malaga et où les rois sont le « pescaito frito » (poisson frit) et les brochettes de sardines.



Contactez-nous :

Centre de dialyse de Malaga
C/ Ayala, 33
29002 MALAGA
Tél. : 00 34 952 365 780
malaga@diaverum.com

Port de Malaga, Quai 1

Une promenade culturelle à Malaga ?

09h00 Promenade dans la **rue Larios**. Nous vous suggérons de commencer la journée par une promenade dans l'artère commerçante par excellence de Malaga. Prenez votre petit déjeuner sur la place de la Constitution, où vous pouvez commander jusqu'à 9 types de café différents.

09h30 Continuez le long de la **rue Granada** pour aller à la place de La Merced. De là, vous pourrez vous rendre au musée Picasso, un incontournable pour les amateurs de cubisme, et à la maison natale de l'artiste. En cours de route... n'oubliez pas de prendre une photo avec Picasso lui-même !

11h30 Après cette visite, vous pouvez vous promener dans le **Cirque romain**, le plus ancien d'Espagne, et profiter

de l'Alcazaba, le grand joyau de Malaga qui était autrefois la forteresse des souverains musulmans.

12h00 C'est le moment idéal pour visiter la **cathédrale de Malaga**, connue sous le nom de « la manquita » (la manchote) et l'un des symboles de la ville.

14h00 Tapas dans le **centre-ville**.

16h30 Depuis la cathédrale, vous entamerez une promenade dans le centre historique, sans oublier de passer par le **passage Chinitas**. **Visite du musée Thyssen**. Pour les amateurs de peinture romantique.

18h00 Après l'avoir mangé, quelle meilleure façon de commencer l'après-midi que de grimper jusqu'au **château de Gibralfaro** ! Vous pouvez vous y rendre en prenant le bus n°35, qui part du Paseo

del Parque. Depuis le château, vous pourrez apprécier une vue imprenable sur la ville et la baie de Malaga.

19h30 Paseo del Parque. Ce chemin, bordé de palmiers et de bâtiments de différents styles architecturaux, est une autre des attractions phares de Malaga.

Le port. Le port vaut également le détour. De là, vous pourrez flâner dans la zone commerciale et de loisirs du Quai 1 et du Quai 2, également connue sous le nom de « palmeraie des surprises ». C'est également un endroit idéal pour profiter des couleurs du coucher de soleil.

21h00 Paseo de la Farola. À côté du quai se trouve le Paseo de la Farola, qui mène, bien sûr, au lampadaire de Malaga. C'est l'un des deux phares « féminins » d'Espagne.





Cathédrale de Malaga

Les endroits à ne pas manquer !

Dans le centre de Malaga.

Musée Picasso, Musée Thyssen, Centre Pompidou de Malaga, Musée de Malaga, Musée de l'art flamenco, Centre d'art contemporain de Malaga, Musée de l'automobile de Malaga, Musée des arts et traditions populaires, Marché d'Atarazanas.

Jardin botanique historique de La Concepción.
partie nord de la ville.

Parc naturel des Montes de Málaga.
environ 25 kilomètres au nord du centre-ville.

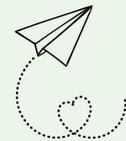
Caminito del Rey.

À 1 heure en voiture.

Grottes de Nerja.
À 50 min en voiture.

Ronda.
À 1h30 en voiture.

Grenade.
À 1h40 en voiture.



Comment s'y rendre

En avion jusqu'à l'aéroport de Malaga-Costa del Sol et transfert en voiture (8,5 km).

Gare routière de Malaga.

En train, AVE (TGV) jusqu'à la gare de María Zambrano

A-45.

Emplacement de la clinique :
Très proche de la gare ferroviaire et à seulement 2 km du port de Malaga.

La Concepción

Jardin botanique-historique de Malaga



Torre del Mar

Province de Malaga

La belle région de l'Axarquía est nichée dans la partie la plus orientale de la province de Malaga. Avec un littoral relativement accidenté, la région est couronnée par les impressionnantes montagnes de la Sierra de Almijara, derniers vestiges de la cordillère Pénibétique avant d'atteindre la mer. La région a une longue et passionnante histoire, dont les racines remontent à l'époque phénicienne, carthaginoise et romaine. Grâce à eux, le commerce s'est développé dans la région. Elle deviendra plus tard l'un des derniers vestiges arabes de la péninsule ibérique. L'ancienneté et la richesse de l'histoire de l'Axarquía ont doté la région d'un excellent patrimoine, d'une culture riche et de traditions populaires. Également connue comme la Costa del Sol orientale, les villes les plus populaires de la région sont : Torre del Mar, Vélez et Nerja.



Contactez-nous :

Centre de dialyse d'Axarquía
Paseo Marítimo del Levante, 88
29740 Torre del Mar (Malaga)
Tél. : +34 95 254 40 24
axarquia@diaverum.com

Une promenade culturelle à Torre del Mar ?

09h00 Petit déjeuner dans l'un des cafés de la ville.

09h30 Une promenade le long du merveilleux **front de mer**.

11h30 Visite de la **rue del Mar** (rue piétonne et commerçante).

13h00 L'heure de l'apéritif dans certains des **bars célèbres** de la route des tapas.

14h15 Profitez de l'**offre gastronomique** proposée dans nos bars et restaurants

16h30 Un café et passez le reste de l'après-midi à vous détendre à **la plage ou au bord de la piscine**.

20h00 Profitez du spectaculaire **coucher de soleil** directement à la plage.

22h00 Pour le dîner, rien de mieux qu'une visite dans l'un des **restaurants de la région**.



Les endroits à ne pas manquer !

Balcón de Europa et grotte de Nerja.
À 36,3 km, 36 min en voiture.

Frigiliana.
À 27,6 km, 26 min en voiture.

Plage de Burriana et plage de Maro.
À 27 min et 25 min en voiture.



Comment s'y rendre

Gare routière de Torre del Mar.

En train, AVE (TGV) jusqu'à la gare de María Zambrano de Malaga, puis transfert en voiture de 45 km.

A-4 et A-44.

Emplacement de la clinique : Sur le front de mer, à 9 minutes à pied de la gare routière de Torre del Mar.



Grotte de Nerja

Découvrez notre gastronomie

Les amateurs de gastronomie ont rendez-vous à Torre del Mar et dans ses restaurants. De délicieuses brochettes de sardines au clair de lune et à la lumière de la flamme qui les cuit, des *migas* pour le déjeuner, sont quelques-uns des plats célèbres que nous pourrions déguster lors de notre visite à Torre del Mar.

Autres plats à noter : clovisses grillées à l'ail, soupes de fruits de mer, paella, salade de poivrons grillés...

Balcón de Europa à Nerja

Huelva

Province de Huelva

Huelva, capitale de la province du même nom, est un site exceptionnel sur la côte andalouse, située au confluent des fleuves Tinto et Odiel et réputée pour ses plages de sable fin, si caractéristiques de la Costa de la Luz. Huelva possède un environnement naturel et une gastronomie privilégiée. En raison de ses liens avec la découverte de l'Amérique, elle a également des liens importants avec les entités ibéro-américaines. L'un des événements les plus importants de l'année est le pèlerinage d'El Rocío, qui préserve une tradition festive et religieuse séculaire et attire près d'un million de personnes par an.

Une promenade culturelle à Huelva ?

09h00 Visite **au centre de Huelva**. Petit déjeuner et promenade dans le centre historique de la ville et son emblématique place des Monjas.

10h30 Un bon moment pour faire une belle promenade à bord du canoë historique. Ce bateau traverse **la ria de Huelva** jusqu'à Punta Umbría, une ville côtière aux extraordinaires plages de sable blanc, où vous pourrez notamment visiter la digue Juan Carlos I, les salines ou la Punta del Sebo.

13h30 Grâce à l'offre gastronomique variée de Huelva, il est indispensable de faire une pause pour prendre un apéritif au **port de Huelva**.

14h30 Déjeuner dans l'un des magnifiques restaurants situés dans le **centre de Huelva**, où vous pourrez déguster les produits typiques de la province

16h30 Visite à **la Casa Colón** et au monument dédié à la Virgen del Rocío.

18h00 Visite de l'environnement historique de La Rábida. C'est ici que se trouvent **le monastère et le quai des Caravelles**, un lieu d'une importance capitale pour la découverte ultérieure de l'Amérique.

22h00 **Pour le dîner**, rien de mieux qu'une visite dans l'un des restaurants de la région.



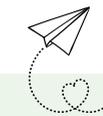
El Rocío, Huelva

Contactez-nous :

Centre de dialyse Costa de la Luz
C/ Lucena del Puerto, 9- 11
21002 HUELVA
Tél. : 00 34 959 23 38 35
huelva@diaverum.com

Découvrez notre gastronomie

La gastronomie et l'alimentation typique de Huelva sont marquées par des produits connus tels que le jambon de Jabugo et la crevette blanche. Outre ces produits réputés, on trouve une grande quantité de poissons et de fruits de mer de qualité provenant de la côte, ainsi que de la viande et de la charcuterie provenant de ses porcs ibériques.



Comment s'y rendre

En avion jusqu'à l'aéroport de Séville et transfert en voiture (107 km).

Gare de Huelva-Término.

Autoroutes A-5 et A-49.

Emplacement de la clinique : à 500 mètres du centre commercial Aqualon, situé à proximité du quai Nord.

Les endroits à ne pas manquer !

Le monument à la Fe Descubridora.

Le monastère de La Rábida.
À 5 minutes du centre de la capitale.

Le marché du Carmen.

Le quartier Obrero.

Le quai du Tinto.

Le parc Moret.

Le musée de la maison Zenobia Campubrú et Juan Ramón Jiménez.
À 20 minutes du centre de la capitale.

Le monument de Christophe Colomb.

La cathédrale de La Merced.

El Muelle de las Carabelas (le quai des caravelles).

Cartaya

Province de Huelva

Cartaya, c'est, d'une part, le soleil et les plages de sable blanc, et d'autre part, la nature, avec ses 11 500 hectares de forêts de pins et le site naturel de Marismas del río Piedras y Flecha de El Rompido, avec un paysage spectaculaire le long de l'une des rivières à la faune et à la flore les plus riches et les plus variées de toute la province de Huelva.

Le village de Cartaya conserve les caractéristiques d'un village andalou typique. Il combine parfaitement un développement touristique soigné, basé sur le respect de l'environnement, et un large éventail d'activités de loisirs conçues pour offrir aux visiteurs le meilleur cadre pour vivre de nouvelles émotions qui leur donneront envie de renouveler leur visite.



Une promenade culturelle à Cartaya ?

09h00 Visite du centre du village, avec une promenade dans ses rues après le petit déjeuner.

10h30 Visite de la commune d'**El Rompido** (8 km de Cartaya). Joyau touristique, c'est un village de pêcheurs qui conserve encore les caractéristiques typiques de ses premiers colons, avec des maisons basses blanchies à la chaux et un phare qui est le principal point de repère de cette ville.

11h00 Promenez-vous le long de la « Flecha », la seule plage vierge qui reste à Huelva. Cette plage est incluse dans les Marismas del **Río**

Piedras et contient une faune et une flore de grande valeur naturelle. Pour s'y rendre, il faut prendre les transports publics maritimes, qui offrent un service toute la journée.

13h00 Promenade en bateau sur le **Río Piedra** avec une sortie en mer.

16h30 Retour au magnifique lieu de pêche d'El Rompido.

18h00 Montée au phare, où vous trouverez le centre commercial et les bars où vous pourrez déguster les cafés et cocktails les plus variés, dans un cadre incomparable.

21h30 Au phare même, vous pourrez admirer les meilleurs couchers de soleil d'Espagne.

Découvrez notre gastronomie

Grâce à la situation privilégiée de la ville de Cartaya entre la côte et les montagnes, il convient de mentionner que sa gastronomie est très diversifiée. Les plats typiques sont préparés à partir de produits locaux provenant à la fois de la campagne et de la mer, avec une touche locale. Le poisson et la viande sont accompagnés de légumes locaux, assaisonnés d'huiles et de vinaigres, arrosés d'un bon vin et complétés par des fruits et des sucreries typiques de la région.



Contactez-nous :

Centre de dialyse de Cartaya

Pol. Industrial La Barca Parcela BUI
21450 CARTAYA (Huelva)
Tél. : 00 34 959 235 252
cartaya@diaverum.com

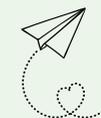
Comment s'y rendre

En avion jusqu'à l'aéroport de Séville et transfert en voiture (110 km), ou à l'aéroport de Faro (Portugal) et transfert en voiture (90 km).

Gare ferroviaire de Huelva et transfert en voiture (25 km).

Autoroute A-49.

Emplacement de la clinique : à 1,5 km du centre de Cartaya.



Les endroits à ne pas manquer !

Couvent de Nuestra Señora de la Merced.

Ermitage de la Cruz los Milagros.

Ermitage de Nuestra Señora de Consolación.

Église paroissiale de San Pedro.

Château de San Miguel.

Phares d'El Rompido.

Pont de La Tavirona.

Minas de Riotinto

Province de Huelva

Huelva cache un paysage rougeâtre, à l'odeur de soufre, entouré de montagnes noires arides, de bâtiments abandonnés et de chemins de fer rouillés, qui mérite d'être visité au moins une fois dans sa vie. Nous parlons de Minas de Riotinto, l'une des plus grandes exploitations minières du monde.

Dans le parc minier de Riotinto, vous pourrez faire un voyage ferroviaire différent, en entrant dans une mine, en visitant une authentique maison victorienne ou en découvrant l'histoire d'une région complètement transformée par l'activité minière dans son musée.

Un fait curieux : Riotinto est le berceau du football en Espagne, où les travailleurs britanniques ont commencé à pratiquer ce sport vers 1873.

Une promenade culturelle à Minas de Riotinto ?

10h00 Pour commencer, visitez tout d'abord le **musée de la mine**. Il dispose d'une surface d'exposition de 1 800 m², de 8 espaces d'exposition, dont la reproduction de la mine romaine, la section ethnographique et la maison n°21 du quartier anglais de Bella Vista. La maison n°21 a été inaugurée en 2005. Elle offre la possibilité de faire un voyage dans le temps à l'époque victorienne et de vivre une atmosphère similaire à celle de films tels que Out of Africa ou La Route des Indes.

12h30 Si c'est une belle journée, vous pouvez faire un tour sur le **chemin de fer minier**, le long des 12 km de l'ancienne ligne commerciale de Riotinto. Dans des locomotives

et des wagons restaurés provenant du matériel roulant de l'ancienne compagnie minière, des excursions sont organisées pour profiter de l'environnement naturel et de paysages étonnants, tels que l'ancien centre industriel de la région, en suivant toujours le cours du Río Tinto.

14h00 Arrêtez-vous pour déjeuner dans un **restaurant de la région** et déguster des plats typiques tels que la *chacina* fraîche (sorte de charcuterie).

16h30 Au **musée minier de Riotinto** sont organisées des visites touristiques qui

vous conduiront dans l'un des endroits les plus beaux et les plus exceptionnels de la région : **Peña de Hierro**. Depuis ce site, et accompagnés de guides spécialisés, vous pourrez contempler des vues panoramiques uniques sur le paysage de la Corta, et pénétrer dans une authentique galerie de mine de 200 mètres de long. Vous pourrez également découvrir le lieu où le **C.A.B. et la N.A.S.A.** effectuent leurs recherches pour le projet MARS, ainsi que la source de la célèbre rivière Río Tinto, qui donne son nom à ce territoire unique.



Contactez-nous :

Centre de dialyse de Minas de Riotinto

Avenida Juan Ramón Jiménez, 4-6
21660 MINAS DE RIOTINTO (Huelva)
Tél. : 00 34 959 59 28 40
riotinto@diaverum.com



Découvrez notre gastronomie

La gastronomie offre une riche variété de plats tels que : le boudin noir, le *morcón* (sorte de gros chorizo), les abats, les saucisses au vin, les *migas*, les tripes à l'andalouse... Essayez également les soupes à l'ail avec des œufs pochés ou brouillés. À Pâques, vous pourrez déguster des *torrijas* (pain perdu), des *rosas* (biscuits au miel en forme de fleur) et des *melojas* (miel mille fleurs et cidre) ; à Noël, ne manquez pas d'autres sortes de beignets comme les *roscos*, les *pestiños* ou les *gañotes*, également présents à la Virgen del Rosario. Les *poleás* (sorte de bouillie) sont un autre dessert caractéristique à base de farine, de lait, de cannelle, de pain frit et d'anis, qui réchauffe le corps en hiver.



Les endroits à ne pas manquer !

Source de la rivière Río Tinto.

Mine Peña de Hierro. Vous y trouverez le centre d'interprétation de la mine et son accès.

Monument naturel de Montera de Gossan. Un immense rocher qui abrite l'ancienne exploitation minière.

Peña de Hierro. Classé aujourd'hui monument naturel.

Nécropole romaine de La Dehesa.

Corta Atalaya. Impressionnante mine à ciel ouvert, l'une des plus grandes du monde.

Quartier de Bellavista. Quartier anglais victorien typique, où a vécu une communauté britannique, éloignée des autochtones et fière de ses traditions.

Cimetière anglais de Bellavista.

Cerro Colorado.

Comment s'y rendre

En avion jusqu'à l'aéroport de Séville et transfert en voiture (91 km).

Gare de Séville-Santa Justa et transfert en voiture (85,2 km).

Gare routière de Séville et transfert (81,4 km) ou gare routière de Huelva et transfert en voiture (73,9 km).

A-461, A-66 et A-4.

Emplacement de la clinique : à 400 m de l'hôtel de ville ou à 1,2 km du club de golf Corta Atalaya.

Séville

Province de Séville

Séville est l'héritière d'un riche patrimoine mauresque et son quartier historique abrite un étonnant site classé au patrimoine mondial de l'UNESCO comprenant la cathédrale, l'Alcazar et les archives des Indes. Le printemps réunit deux des célébrations les plus emblématiques de l'année : la Semaine Sainte et la Feria de Abril, toutes deux déclarées d'intérêt touristique international. La Feria de Abril consiste en une semaine de festivités qui commence par « l'Alumbrado », lorsque tout le champ de foire est illuminé, où les gens aiment manger du poisson frit (appelé pescaito), et se termine par d'extraordinaires feux d'artifice.

Cela ne signifie pas que nous cesserons de venir à d'autres moments, comme à Noël. La ville présente un attrait particulier pour la joie des fêtes de Noël : traditions, gastronomie, lumières et la plus importante foire aux crêches d'Espagne.

Les endroits à ne pas manquer !

Carmona.

À 37,3 km de la clinique, 31 min en voiture.

Site archéologique d'Italica.

À 7,9 km de la clinique, 10 min en voiture.

Plage de Matalascañas (Huelva).

À 98,5 km de la clinique, 1h07 en voiture.

Monastère de San Isidoro.

À 7,2 km de la clinique, 9 min en voiture.



Casa de Pilatos

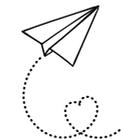


Comment s'y rendre

En avion, à l'aéroport de Séville San Pablo (12 km).

En train, AVE (TGV) jusqu'à la gare de Santa Justa à Séville

Par l'A-4 ou l'autoroute Ruta de la Plata.



Emplacement de la clinique : Située dans le stade olympique de La Cartuja. 7,2 km de la gare de Santa Justa et 2 000 mètres de la gare de Plaza de Armas.

Découvrez notre gastronomie

La gastronomie et la nourriture typique de Séville ont une grande influence de la cuisine andalouse, où ressortent des plats comme le poisson, les fruits de mer, les légumes et la viande. Entre autres, le poisson frit, le chien de mer mariné, les *soldaditos de pavia* (morue panée), les œufs à la flamenco, la queue de bœuf, les petits calmars grillés, le *pringá* (les viandes du ragoût andalou) ou le ragoût andalou.

L'un des plats les plus typiques à ne pas manquer sont les tapas, que vous trouverez dans la plupart des bars de Séville.





Palais de San Telmo à Séville

Une promenade culturelle à Séville ?

09h00 Au réveil, profitez du merveilleux climat de la ville. Prenez le petit déjeuner dans l'un des restaurants avec un patio que l'on trouve dans le **centre historique** de la ville.

10h00 Préparez-vous ensuite à aller visiter la **cathédrale** avec sa magnifique **tour de la Giralda**, d'où vous pourrez voir toute la ville. La bonne nouvelle, c'est qu'il y a une rampe pour monter tout en haut. Vous passerez ensuite par les Archives des Indes.

12h00 Marchez ensuite jusqu'à l'**alcazar royal et l'église du Salvador** (classés au patrimoine mondial). Il s'agit du plus ancien palais royal habité d'Europe.

13h00 Vous pouvez ensuite découvrir la **rue Sierpes**, qui regorge de boutiques et de bars à tapas.

16h00 Dans l'après-midi, vous pourrez vous promener dans le **quartier de Santa Cruz** et suivre le chemin qui traverse les Jardins de Murillo et le Paseo Catalina de Ribera jusqu'à l'ancienne usine de tabac.

17h00 De là, vous arriverez à la **place d'Espagne**, qui est à proximité. Vous ne pouvez pas partir sans contempler la majesté de ce bâtiment et la disposition sauvage du parc María Luisa.

18h00 Le reste du temps est réservé aux tapas, aux promenades, et à la lumière et à l'atmosphère d'une ville qui vous accueille à bras ouverts. Le soir : **Spectacle de flamenco** dans l'un des *tablaos* (cabaret de flamenco) que la ville a à offrir. Nous recommandons l'itinéraire du Paseo Colón et des rives du fleuve Guadalquivir. Enfin, vous pourrez profiter d'une promenade en bateau sur le Guadalquivir.



Contactez-nous :

Centre de dialyse d'Isla de Cartuja

Stade olympique. Tour nord-est. Rez-de-chaussée

41092 SANTIPONCE (Séville)

Tél. : 00 34 954 900 377

cartuja@diaverum.com

Place d'Espagne à Séville



Motril

Province de Grenade

Motril est une ville de contrastes, dans laquelle une infinité de sensations s'emparent du visiteur qui vient la découvrir. Couleurs, arômes et saveurs se mêlent pour surprendre le voyageur le plus expérimenté, qui trouve dans notre ville un véritable paradis pour les sens. Un ciel bleu permet au soleil de briller plus de 320 jours par an, illuminant l'eau cristalline de nos plages et le vert de la plaine fertile, avec en toile de fond l'importante Sierra Nevada. Nulle part ailleurs dans le monde vous ne pouvez profiter d'un tel paysage.



Une promenade culturelle à Motril ?

10h00 Commencez par une visite du **sanctuaire de Nuestra Señora de la Cabeza**. Construit sur les ruines d'un château nasride, il était la résidence de la reine Aixa Alhorra, mère de Boabdil. Ensuite, vous vous rendez au parc « de las Américas », qui est situé sur les pentes du Cerro du sanctuaire de Nuestra Señora de la Cabeza. Il abrite plus de 50 arbres et arbustes exotiques et subtropicaux, des plantes apportées de différentes parties du continent américain. Chacun possède son propre panneau explicatif.

12h00 À proximité se trouve le **théâtre Calderón**. Il date de 1880 et est de style italien, avec une décoration néoclassique. Aujourd'hui, il

a été entièrement restauré, en conservant son aspect original, et a été classé **« bien d'intérêt culturel »**, dans la catégorie Monument.

14h00 Un bon moment pour profiter **des délices gastronomiques de Motril**, nous vous suggérons de manger dans un restaurant sur la plage pour goûter les bons poissons et fruits de mer de la région.

16h00 Visite du **musée du sucre pré-industriel** pour découvrir le processus de fabrication et de commercialisation du sucre entre le XII^e et le XVII^e siècle. Il présente des reproductions à l'échelle originale des moulins et des presses, ainsi que des salles de cuisson et de purge des pains de sucre. C'est un musée unique, qui propose un voyage didactique et divertissant à travers près

de mille ans de culture de la canne à sucre. Il préserve le plus ancien moulin à sucre d'Europe et sa collection d'ustensiles est vraiment unique. Un véritable reflet de la position internationale que Motril occupait en termes de production de sucre.

18h00 Et enfin, vous visiterez la **cave Ron Montero** fondée en 1963 par Francisco Montero Martín. Elle appartient à une famille ayant une longue tradition dans les produits dérivés de la canne à sucre, propriétaire d'importantes sucreries et distilleries (Azucarera del Guadalfeo et Azucarera Montero). La cave Ron Montero a accès aux meilleurs spiritueux pour la production de ses rhums, élaborés selon la méthode traditionnelle des « soleras » et des « criaderas » (réserve perpétuelle).



Alhambra de Grenade

Les endroits à ne pas manquer !

Église Mayor de la Encarnación.

Théâtre Calderón de la Barca.

Résidence de la reine Aixa Alhorro.

Musée du sucre pré-industriel.

Cave Ron Montero.

Arènes d'El Berenjena.

Port et front de mer de Motril.

Alhambra. À 47 minutes en voiture.

Découvrez notre gastronomie

Les conditions géographiques et naturelles de Motril, son climat, la qualité de la terre et la proximité de la mer, ont permis un grand développement de l'agriculture et de la pêche, offrant des aliments frais qui vont directement de la mer et de la plaine fertile à la table. Le port de pêche de Motril offre une gamme inimaginable de poissons et de fruits de mer.

Ne manquez pas de goûter le poulpe séché ou les migas au poisson qui, par tradition, sont consommés les jours de pluie, le poisson grillé, des *fideos aparte* (sorte de vermicelles au poisson) ou à la marinière, la variété de plats de riz ou le ragoût traditionnel de cabri.



Contactez-nous :

Centre de dialyse de Motril
C/ Río Duero, 11
18600 MOTRIL (Grenade)
Tél. : 00 34 958 608 525
motril@diaverum.com

Comment s'y rendre

En avion jusqu'à l'aéroport de Grenade (80 km) et transfert en voiture depuis Grenade (45 min).

En train jusqu'à la gare de Grenade, puis transfert en voiture à 67 km.

Emplacement de la clinique : La clinique est située à la première entrée de Motril en direction du centre.

Jaén

Province de Jaén



Contactez-nous :

Centre de dialyse de Santa Catalina

C/ Juanito Valderrama, 2

23005 JAÉN

Tél. : 00 34 953 273 973

scatal@diaverum.com



Elle détient le titre de « Ville très noble et très loyale de Jaén, gardienne et défenseuse des royaumes de Castille » et est connue comme la « Capitale du Saint Royaume ».

Vous serez surpris de découvrir l'incroyable patrimoine historique et culturel que possède Jaén, dû à la coexistence harmonieuse des musulmans, des chrétiens et des juifs pendant des siècles.

Par exemple, sa cathédrale, pièce maîtresse de la Renaissance espagnole, les hammams, les plus grands et les plus importants d'Europe, le musée provincial où se distinguent les vestiges archéologiques du peuple ibérique, etc...



Découvrez notre gastronomie

Les plats typiques de Jaén sont influencés par la cuisine de La Mancha et de Grenade. En outre, en raison de sa production d'olives, l'huile d'olive est un ingrédient essentiel de la gastronomie de Jaén. Dans la gastronomie de Jaén, les migas de pain et de farine sont très populaires.

Les légumes et les légumineuses sont également des ingrédients courants dans la nourriture typique de Jaén. Beaucoup d'entre eux, comme les aubergines, sont utilisés pour les ragoûts. L'utilisation de charcuterie telles que la chair à saucisse, le boudin blanc et le jambon est également courante.

En outre, il existe de nombreux plats traditionnels de Jaén qui sont préparés avec du poisson. Mentionnons notamment le cabillaud salé et les sardines grillées. En ce qui concerne les desserts, la gastronomie présente des similitudes avec les plats typiques de l'Andalousie.



Comment s'y rendre

En avion jusqu'à l'aéroport de Grenade et transfert en voiture (60 min).

En train, jusqu'à la gare de Jaén

Sur l'A-4.

Emplacement de la clinique : à 5 minutes du théâtre Infanta Leonor.

Une promenade culturelle à Jaén ?

10h00 Vous partirez de la **place Santa Luisa de Marillac**, populairement connue sous le nom de « Plaza del Pato », où se trouve le palais Villardompardo, qui abrite le musée des arts et coutumes populaires, le musée international d'art naïf et les hammams. Vous continuerez par la rue Martínez Molina

pour vous diriger vers l'ancien quartier juif. En descendant la rue de San Andrés, vous pourrez observer une église qui aurait été une synagogue, comme en témoignent ses arcs, son orientation et l'austérité de sa façade. En vous approchant de la ruelle de Gato, vous découvrirez le réseau urbain juif. Vous retournerez ensuite à la rue Martínez et remontez la rue Madre de Dios jusqu'à l'arc de San Lorenzo.

14h00 Il est temps de profiter **la gastronomie de Jaén.**

18h00 Les autres lieux d'intérêt sont le **musée provincial**, différents couvents et églises existants ou flâner le long du boulevard du nouveau quartier.

20h00 Rien de mieux que de s'asseoir sur l'une des terrasses pour reprendre des forces.

Cathédrale de Jaén



Les endroits à ne pas manquer !

Úbeda : Site du patrimoine mondial de l'Unesco. Il s'agit d'un point de référence pour le tourisme culturel grâce à la qualité et à la quantité d'éléments patrimoniaux présents dans le centre historique. Il dispose de nombreux ateliers de poterie, de céramique, de fer forgé, de vitrail, de tapisserie et d'alfa.

Baeza : Elle a été déclarée site du patrimoine mondial en même temps qu'Úbeda, située à 8 km. Son centre historique est l'un des plus importants ensembles monumentaux de la Renaissance.

Si vous avez le temps, vous aimerez peut-être faire une excursion dans l'un des parcs naturels :

Parc naturel de Cazorla, Segura et Las Villas. C'est aussi une réserve de biosphère.

Parc naturel de la Sierra de Andújar. Avec le Sanctuaire de la Virgen de la Cabeza.

Parc naturel de Sierra Magina.

Parc de Despeñaperros. Avec le ravin de Valdeazoreco d'intérêt botanique.

- Valence
- Gandía
- Sagunto
- Requena
- Oropesa del Mar
- Vinarós
- Alicante
- Elche



Communauté valencienne

De nombreux facteurs font de la Communauté valencienne l'une des régions les plus attrayantes, non seulement en Espagne, mais aussi en Europe. S'y promener, c'est profiter d'un authentique héritage artistique et culturel. Des civilisations nombreuses et variées ont traversé ce territoire et chacune d'entre elles y a laissé son empreinte.

Ici, vous pouvez profiter d'un climat très agréable toute l'année, avec une température moyenne de 18 °C. La région compte plus de 300 jours de soleil et des hivers très doux, grâce à l'action de la mer Méditerranée. Sa gastronomie, basée sur le régime méditerranéen mondialement connu, comprend des produits naturels variés.



Valence

Province de Valence

Son dynamisme en tant que centre de référence pour de multiples activités économiques se reflète dans la force d'institutions clés telles que la Feria Valencia, le port de Valence, le Palais des congrès et ses universités. Elle possède également d'importantes institutions culturelles : le Palau de les Arts, l'IVAM, le Palau de la Música et la Cité des Arts et des Sciences ajoutent une valeur indéniable à la ville.

L'une des fêtes les plus internationales, Las Fallas, se déroule du 15 au 19 mars. Un festival qui allie tradition, satire et art, en combinant la passion du feu et le divertissement. Son origine remonte à une ancienne coutume des charpentiers, qui, la nuit du 19 mars, célébraient l'arrivée du printemps en brûlant des morceaux de bois (parots).

Valence, ville privilégiée pour être à la fois une destination urbaine et une destination côtière, dispose des plages de Las Arenas, Malvarrosa et El Cabañal à 15 minutes du centre-ville, présidées par des drapeaux bleus et récompensées par des reconnaissances telles que le Q de qualité touristique.



Une promenade culturelle à Valence ?

09h00 Petit déjeuner typique à **Santa Catalina**. Visite du centre historique : Place La Reina, le Miguelete, la cathédrale.

10h30 Visite au **marché central** de Valence et à **La Lonja** de la Seda.

12h00 Visite au **musée de l'IVAM**, musée d'art moderne.

13h00 Visite du **parc naturel de l'Albufera et El Saler** (une excursion en bateau sur l'Albufera est recommandée).

16h30 Promenade dans les **jardins du Turia**.

17h30 Visite de la **Cité des arts et des sciences**.

20h00 Plage de **Malvarrosa**, pour profiter du coucher de soleil.

22h00 Dîner dans **le quartier du Marítimo** avec de nombreux lieux de vie nocturne.



Cité des arts et des sciences

Découvrez notre gastronomie

La gastronomie et l'alimentation typique de Valence se caractérisent par des plats à base de poissons et de fruits de mer frais et de légumes provenant de ses prestigieux jardins maraîchers.

Une mention spéciale doit être faite de leurs plats de riz et de leurs paellas, dont ils ont une grande diversité, car ils les préparent avec des produits très différents.

Il ne fait aucun doute que la paella est le plat typique et le plus traditionnel de la communauté de Valence. Sa recette s'est maintenant répandue non seulement dans le reste du pays, mais aussi dans d'autres pays.

Une ville privilégiée pour être à la fois une destination urbaine et une destination côtière.

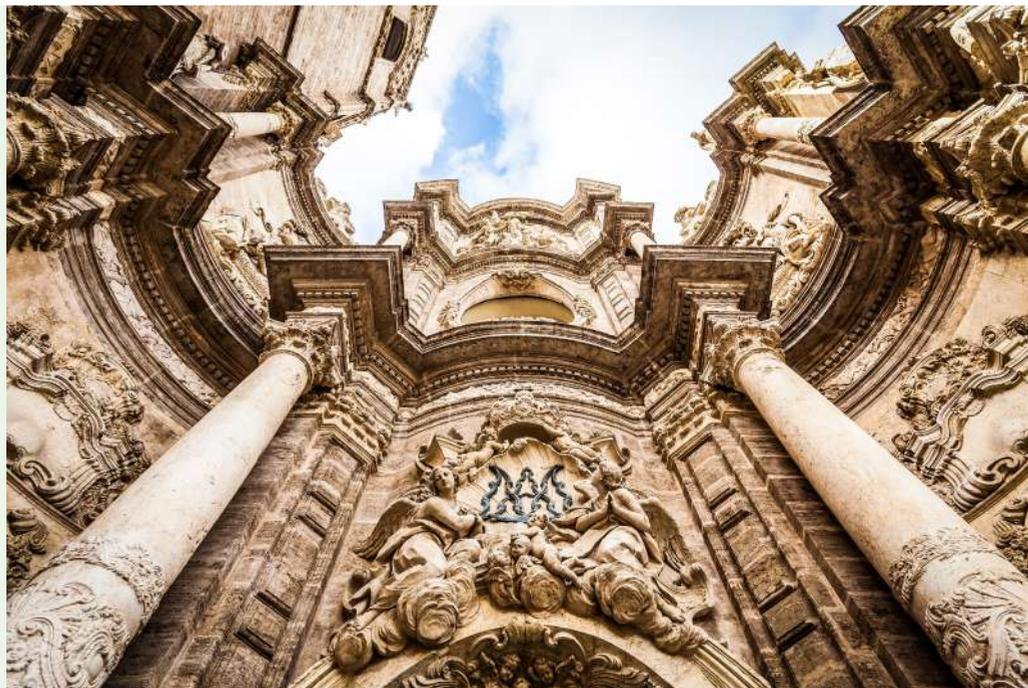
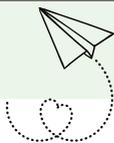


Comment s'y rendre

En avion à l'aéroport de Manises et transfert au centre de Valence (9 km).

En train, AVE (TGV) jusqu'à la gare Joaquín Sorolla de Valence, puis transfert en voiture à 1,5 km.

Principales routes d'accès : AP-7. Autoroute méditerranéenne qui longe du nord au sud toute la côte levantine, et l'A-3 de Madrid.



Cathédrale de Valence

Fallas de Valence



Contactez-nous :

Centre de dialyse Diaverum Valencia

C/ Alcásser, 54
46014 VALENCE
Tél. : 00 34 960 905 195
valencia@diaverum.com

Centre de dialyse Gamapal

C/ Reina Violante, s/n Esquina Padre Barranco, 42
46015 VALENCE
Tél. : 00 34 963 406 560
gamapal@diaverum.com

Centre de dialyse Nefroclub

Avenida Primero de Mayo, 16
46017 VALENCE
Tél. : 00 34 963 787 419
nclub@diaverum.com

Centre de dialyse de Burjassot

C/ Sequía de Montcada, s/n
46100 BURJASSOT (Valence)
Tél. : 00 34 963 160 586
burjassot@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Alfafar

C/ Profesora Ana Rojo, 1
46910 ALFAFAR (Valence)
Tél. : 00 34 961 801 801
alfafar@diaverum.com

Les endroits à ne pas manquer !

Les grottes de San José.

À 56,2 km de la clinique, 45 min en voiture.

Château de Sagunto.

À 35,2 km de la clinique, 36 min en voiture.

Ville de Jávea.

À 114 km de la clinique, 1h17 en voiture.

Gandía

Province de Valence

Située au cœur de la région de Safor, Gandía bénéficie d'un emplacement privilégié, entre la mer et les montagnes. Elle possède un riche patrimoine historique qui imprègne ses monuments et l'esprit de ses habitants. C'est l'un des plus grands attraits d'une ville dont l'offre touristique est capable, en termes d'infrastructures et de diversité, de satisfaire les visiteurs les plus exigeants.

Visiter Gandía, c'est découvrir une ville très spéciale. Il s'agit d'une destination touristique qui combine la plage avec les espaces naturelles et de montagne ; les loisirs avec la culture, l'histoire et le commerce ; une large gamme d'activités de loisirs avec la relaxation et la tranquillité.

Gandía a un littoral de plus de 5 kilomètres de long qui est divisé en plusieurs sections.

La plage nord, où se trouvent tous les appartements et les hôtels, est la plus célèbre. Il s'agit d'une plage de plus de 3 kilomètres de long au sable fin et propre où le beau temps est garanti tout l'été. C'est pourquoi elle reçoit chaque année des prix de qualité pour sa propreté et les services qu'elle propose.

Une promenade culturelle à Gandía ?

10h00 Votre première visite sera à l'église collégiale de Santa Maria. Sa construction sur une église chrétienne primitive du XIII^e siècle a commencé au milieu du XIV^e et s'est poursuivie jusqu'au début du XVI^e. C'est un exemple du style gothique catalan.

11h00 En route vers le Palais Ducal, votre prochaine destination. Vous passerez devant le bâtiment de l'hôtel de ville de Gandía dont la construction remonte à 1772. La façade est de style néoclassique, œuvre de Vicente Gascó.

Près de l'hôtel de ville, en remontant la rue Santo Duque, vous arriverez au Palais Ducal

qui était la résidence des ducs de Gandía.

13h00 Une fois au cœur du centre historique, vous arriverez à la place Rei en Jaume, où se trouve le couvent de Sant Roc. Il fut fondé par le 5^e duc de Gandía, Don Carlos de Borja y Meneses, et inauguré en 1591. Aujourd'hui, le bâtiment abrite la bibliothèque centrale et les archives municipales.

14h30 Il est temps de reprendre des forces dans l'un des restaurants de Gandía.

17h00 Après le déjeuner, continuez votre visite près du Passeig de les Germanies vers la maison de la culture Marqués González de Quirós, plus connue sous le nom de la Casa de la Marquesa. À

l'arrière du bâtiment se trouve un agréable jardin romantique jonché d'espèces indigènes variées, où vous pourrez déguster une tasse de café.

18h30 Après la Casa de la Marquesa, et sans changer de trottoir, environ 200 mètres plus loin, vous pourrez contempler la façade du théâtre Serrano. Construit en l'honneur du musicien valencien José Serrano, il a été inauguré en 1900 sous le nom de théâtre Circo et a changé de nom pour devenir le théâtre Serrano en 1912.

22h00 Il est temps de profiter d'un bon dîner.



Découvrez notre gastronomie

La gastronomie de Gandía est typiquement méditerranéenne et offre des ingrédients naturels pour la préparation d'une excellente cuisine, ainsi que du poisson et des fruits de mer qui proviennent directement de la halle aux poissons de Gandía. Bien que la fideuà (sorte de paella) soit le plat le plus connu, il existe beaucoup d'autres plats divers et variés, tels que les plats à base de riz, les ragoûts et les pâtisseries, qui valent le détour.



Les endroits à ne pas manquer !

Palais Ducal de la famille Borgia.

Collégiale de Santa María de Gandía.

Monastère de Sant Jeroni de Cotalba.

Musée archéologique de Gandía.

Parc d'Ausias March.

Alqueria del Duc.

Église de San Nicolás de Bari.

Grotte de Parpalló.

Plage des Marenys de Rafalcaid.

Comment s'y rendre

En avion à l'aéroport de Valence et transfert à Gandía (82 km).

En train, AVE (TGV) jusqu'à la gare Joaquin Sorolla de Valence et ensuite train jusqu'à la gare de Gandía ou transfert en voiture de 68 km.

Par l'AP-7.

Emplacement de la clinique : la clinique est située à 750 m de la gare de Gandía.

Contactez-nous :

Centre de dialyse
Diaverum Gandía
C/ Jaume II, 51 - 55
46701 GANDÍA (Valence)
Tél. : 00 34 960 901 184
gandia@diaverum.com

Sagunto

Province de Valence

Sagunto, grâce à sa position stratégique entre les chaînes de montagnes Calderona et Espadán et à sa situation côtière, est un site privilégié où vous pourrez pratiquer toutes sortes d'activités telles que la randonnée, le cyclisme, la marche nordique, le surf ou le tourisme ornithologique.

Les treize kilomètres de littoral de Sagunto offrent d'excellentes plages aux eaux cristallines et des dunes naturelles. Le pavillon bleu d'Europe et les labels de qualité environnementale accréditent son grand prestige et son excellence touristique.

Une promenade culturelle à Sagunto ?

10h00 Le château. Lors de votre visite à Sagunto, vous devez absolument monter voir le château. Il s'agit d'une forteresse située au sommet de la chaîne de montagnes de la Sierra Calderona, entourée de murs construits à différentes périodes par différentes civilisations. La forteresse est divisée en sept places où se trouvent des vestiges de bâtiments publics, d'édifices religieux, de murs, disséminés dans tout le bâtiment.

Le théâtre romain de Sagunto. Il s'agit d'un bâtiment du 1^{er} siècle avant J.-C. creusé dans un creux de la roche. Il possède une excellente sonorité et peut accueillir jusqu'à 8 000 spectateurs.

Le quartier juif. L'une des visites incontournables à Sagunto, grâce à son charme particulier, est le quartier juif, situé dans la partie la plus ancienne de la ville et dont le tracé est très bien conservé. Vous pourrez y découvrir

l'important héritage laissé par la culture hébraïque en Espagne. Vous serez séduits par ses rues étroites et pavées entre des bâtiments et des rues chargés d'histoire.

Vieille ville de Sagunto. L'un des quartiers les plus beaux et les plus intéressants de la ville. Un endroit où vous pouvez vous perdre et où vous découvrirez des coins magnifiques à chaque tournant. Vous pourrez visiter l'**église de Santa Maria** à côté de la **Plaza Mayor ou grand-place**, découvrir la partie islamique à côté de l'**hôtel de ville** ou vous rendre au **musée historique**, à l'**ermitage de la Sangre** et au **quartier juif**.

La plage Almardá. Elle est réputée pour sa tranquillité et sa longue étendue de sable de 2 kilomètres de long bordée d'un cordon de dunes de grande valeur écologique. Elle dispose de tous les services de base, un endroit idéal pour déconnecter et profiter de la mer, ainsi que pour la pratique de sports nautiques.



Église archipresbytérale de Santa Maria

Les endroits à ne pas manquer !

Si vous avez le temps, à 20 km seulement de Sagunto se situe la **Vall d'Uixó** où vous trouverez de fantastiques grottes souterraines. Naviguer sur l'une des plus longues rivières souterraines d'Europe est une expérience que l'on n'oublie pas facilement.



Comment s'y rendre

En avion jusqu'à l'aéroport de Valence et transfert en voiture (33 kilomètres).

Gare routière de Sagunto et taxi (6 km).

Voiture : par l'AP-7.

En train, AVE (TGV) jusqu'à la gare Joaquin Sorolla de Valence, puis transfert en voiture de 40 km.

Emplacement de la clinique : La clinique est située à 1,5 km de la plage et du port de Sagunto.

Découvrez notre gastronomie

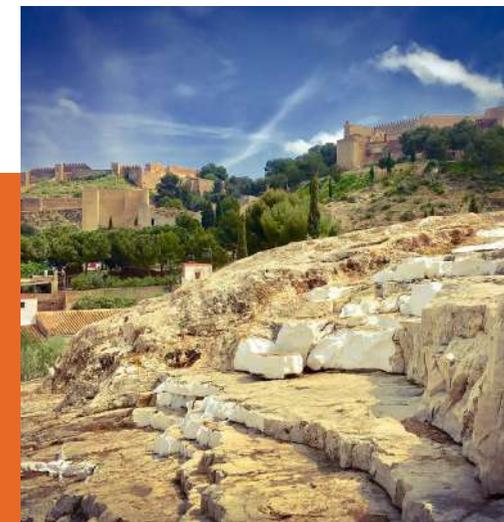
Sagunto a la réputation d'avoir certains des meilleurs maîtres cuisiniers de riz de la province. Vous ne pouvez pas partir sans déguster un délicieux plat de riz dans le port. La promenade offre de nombreux restaurants spécialisés dans les plats à base de riz, il suffit de se promener et de choisir celui qui vous plaît le plus.



Contactez-nous :

Centre de dialyse Diaverum Sagunto
C/ Urani, 27
46520 PORT DE SAGUNT (Valence)
Tél. : 00 34 961 801 690
sagunto@diaverum.com

Château de Sagunto



Requena

Province de Valence

Requena est l'un de ces endroits qui réussit à vous captiver rien qu'en passant une journée à flâner dans ses rues étroites, ses vignobles et ses monuments. Elle est située dans la partie la plus occidentale de la communauté de Valence, à quelque 692 mètres au-dessus du niveau de la mer.

Requena a une histoire riche, qui découle de son emplacement stratégique, dominant depuis l'Antiquité la route naturelle qui reliait Valence au plateau castillan, en passant par la chaîne de montagnes de Cabrillas et le col de Contreras.

Sa vieille ville reflète la splendeur de cette époque où, curieusement, la municipalité ne dépendait pas de la production de vin, mais où son économie était plutôt centrée sur la production de soie, comme en témoigne le Colegio del Arte Mayor de la Seda (Collège de l'art majeur de la soie), situé au cœur du quartier de la Villa.

Les endroits à ne pas manquer !

Quartier de la Villa. Il s'agit d'une enceinte médiévale, où les visiteurs peuvent trouver des lieux tels que la Casa del Arte Mayor de la Seda (Maison de l'art majeur de la soie) ou l'église de San Nicolás, entre autres.

Casa del Arte Mayor de la Seda. Située dans un chemin de ronde musulman ou impasse, sur sa façade se trouve le retable de San Jerónimo (patron des ouvriers de la soie).

Caves de la Villa. Construites par les arabes, elles traversent le sous-sol de la place de La Villa et la plupart des maisons adjacentes. On y conserve des éléments destinés à la production de vin (pressoirs, trous de coulée, cages, soupiraux et jarres du XII^e siècle).

Église de San Nicolás. Datant du XIII^e siècle, c'est la plus ancienne église de la ville. Son style initial était gothique, il a été reconstruit au XVIII^e siècle

dans un style néoclassique. Il a été déclaré Bien d'intérêt culturel (BIC) dans la catégorie Monument.

Église de Santa María. Datant du XIV^e siècle, c'est la plus grande des églises de La Villa. Elle est de style gothique fleuri élisabéthain, avec une seule nef et des chapelles attenantes entre ses contreforts. Elle a été déclarée monument national.

L'Alcazaba. Construite par les Almohades au XI^e siècle, elle est située dans la partie la plus élevée de La Villa, pour des raisons défensives, et dont on peut voir les deux tours, le mur et la porte d'entrée de l'enceinte.

Le quartier juif. Un lieu d'échange commercial, où les guildes d'artisans se réunissaient, sur la place ou dans les rues adjacentes. Les rues étaient nommées selon les métiers qui y étaient exercés.

Temple de Santa Maria



Découvrez notre gastronomie

Grâce à son emplacement dans un site privilégié et à son climat intérieur, la gastronomie est composée de plats succulents basés sur des recettes traditionnelles et préparés avec de l'huile d'olive et d'autres produits naturels de la terre non irriguée. L'accord parfait est obtenu grâce aux vins locaux.

L'offre gastronomique est très riche et variée, marquée par de nombreux plats à base de porc, comme l'*olla*, le potage, les brioches ou la coca catalane à base de viande maigre et de sardines, les célèbres charcuteries et le jambon de cette région. Parmi les autres plats typiques, citons l'*ajovarriero* (ragoût de morue), l'*arroz a la cazuela* (riz à la cassolette) ou avec des haricots verts, des pommes de terre au bouillon, et d'autres plats cuisinés avec des viandes de gibier comme le *morteruelo* (sorte de pâté chaud).

Parmi ses pâtisseries typiques, à base de miel, figurent l'*alajú* (sorte de crêpe) - d'origine arabe - et les *burruecos* (petits gâteaux au miel et aux amandes), les petits tourons, les chaussons fourrés à la patate douce, d'autres sortes de chaussons et les galettes au beurre.

Contactez-nous :

Centre de dialyse Diaverum Requena

(Le centre de dialyse est situé à l'intérieur de l'hôpital de Requena)
Paraje Casablanca, s/n
46340 REQUENA (Valence)
Tél. : 00 34 962 304 352
requena@diaverum.com



Comment s'y rendre

En avion jusqu'à l'aéroport de Valence, puis 70 km en voiture.

Principales routes d'accès : A-3, N-330 et N-322.

En train, AVE (TGV) jusqu'à Valence, gare de Requena - Utiel ou jusqu'à la gare de Joaquín Sorolla à Valence, puis transfert en voiture de 67 km.

Emplacement de la clinique :

La clinique est située dans le centre de la commune, à côté du marché municipal.

Oropesa del Mar

Province de Castellón

Une ville vivante, animée et attrayante comme Oropesa del Mar offre de nombreuses possibilités de profiter de quelques jours de déconnexion et de détente. Située au bord de la mer Méditerranée, elle possède de nombreuses plages et petites criques naturelles où les paysages sauvages de sa chaîne de montagnes contrastent avec le paysage marin. Le long des sentiers proches de la Sierra de Oropesa, le panorama des orangeries se détache, encadrées par la mer.

Dans cette ville, le tourisme prédomine sur tous les autres secteurs, avec notamment le macro-complexe touristique Marina d'Or, Ciudad de Vacaciones, qui se trouve sur le littoral de la commune, à 2 kilomètres du centre-ville d'Oropesa.

Une promenade culturelle à Oropesa del Mar ?

9h00 Accrochez votre sac à dos et rassemblez vos forces, car à Oropesa del Mar, il y a de nombreux endroits à voir. **La vieille ville** concentre la plupart des principaux points d'intérêt. L'un d'entre eux est le château, construit par les musulmans au XI^e siècle, qui a une grande valeur stratégique. Dans la chapelle de la Virgen de la Paciencia, vous pourrez voir l'image de la patronne de la ville et des échantillons de carreaux d'Alcora du XVIII^e siècle. Sur la même place se trouve le musée d'Oropesa del Mar, un musée interactif qui représente l'idylle magique forgée au fil des âges entre la Méditerranée et Oropesa del Mar.

Une autre alternative consiste à suivre la merveilleuse voie verte qui

relie Oropesa à Benicàssim, un parcours facile et adapté à tous les âges.

10h00 À ne pas manquer non plus **le musée de la carte à jouer** qui vous permettra de découvrir l'art merveilleux de la décoration et de l'estampage des cartes à jouer dans différents pays et cultures, ou le musée du fer qui, avec près de 500 pièces, montre comment le métier de forgeron a été élevé à son plus haut niveau. De même, toujours dans la vieille ville, vous pourrez visiter l'ancienne prison de la ville, les vestiges de la muraille du château et le Pou del Ravalet.

11h00 En dehors de la vieille ville, près de la côte, se trouve l'un des monuments les plus emblématiques de la commune : la **tour du Roi**, une forteresse construite en 1413 pour défendre la ville des attaques de

pirates. À côté, se trouve le phare d'Oropesa del Mar, inauguré en 1859 pour diriger le trafic maritime dans la région, et toujours en activité.

13h00 Enfin, plus au sud, sur une pente raide et entourées de végétation indigène, se trouvent **les tours de La Corda et de La Colomera** construites au XVI^e siècle pour aider la tour du Roi à surveiller le littoral.

14h15 Il est temps de profiter des **plats typiques** de la côte méditerranéenne.

16h30 Après-midi : Après un repos bien mérité, vous pouvez choisir l'une des trois criques suivantes (**Petites plages de Bellver, Plage de la Renegà et Crique du Retor**) ou les plages de sable fin le long du front de mer, telles que la plage de la Concha, la plage des Amplaries, et la plage de Morro de Gos.



Découvrez notre gastronomie

La gastronomie d'Oropesa del Mar est directement influencée par le régime méditerranéen. Ici, les produits naturels du potager et les délicieux poissons et fruits de mer de la baie sont combinés de façon magistrale pour constituer la majorité des plats classiques de la ville.

D'autre part, la viande de lapin, de poulet et de porc de l'intérieur de la région est utilisée pour faire de superbes ragoûts et charcuteries, ainsi que les populaires *tombets* (petits pois accompagnés de boudin noir, saucisses et lardons). Et, bien sûr, Oropesa del Mar est aussi la patrie du riz sous toutes ses formes : paella, riz à l'encre de calamar, riz dans son bouillon, *arroz a banda* (riz cuit dans du bouillon de poisson et servi avec de l'aïoli), riz au four et l'*arrosetjat*, un ragoût traditionnel de pêcheurs, facile à préparer et délicieux. Il ne faut pas non plus oublier la célèbre *fideuà* (sorte de paella au vermicelle).

Contactez-nous :

Centre de dialyse Diaverum Oropesa
C/ José Rivera Forner 94-96
12594 OROPESA DEL MAR
(Castellón)
Tél. : 00 34 964 313 387
oropesa@diaverum.com

Comment s'y rendre

En avion jusqu'à l'aéroport de Castellón de la Plana et transfert en voiture (28 km).

En train jusqu'à la gare de Castellón de la Plana, puis en train jusqu'à la gare d'Oropesa del Mar ou transfert en voiture de 26 km.

N-340 et AP-7.

Emplacement de la clinique : à trois minutes de marche de la place de l'hôtel de ville et à seulement 1,5 km de la plage.

Les endroits à ne pas manquer !

Les grottes de Sant Josep. La plus longue rivière souterraine navigable d'Europe, où les visiteurs sont transportés par de sympathiques bateliers/guides dans un monde de fantaisie, de lumière et de couleurs formé par les stalactites et les stalagmites. Une merveille de la nature qu'il n'est pas facile d'oublier. Elles sont situées à environ 50 km d'Oropesa del Mar, au sud.

Îles Columbretes. Près de la côte de Castellón, à 28 milles du Cap d'Oropesa, les anciennes îles des Serpents, aujourd'hui Columbretes, émergent, défiant la mer, un petit archipel d'origine volcanique à mi-chemin entre la Péninsule et les Baléares.

Vinaròs

Province de Castellón



Vinaròs est située à l'extrémité nord de la côte de la province de Castellón, dans la région du Bajo Maestrazgo, dont elle est la capitale. Elle abrite plus de 28 000 personnes.

L'une des principales caractéristiques de la ville est le phare et le port. Ici, nous pouvons voir le marché aux poissons, où les poissons et les fruits de mer arrivent chaque jour pour être vendus aux enchères.

Ses plages, comme celle de Fora Forat, ne sont pas moins connues. Il s'agit d'une grande plage de plus de 800 m de sable doré intégrée à la ville, dont les caractéristiques permettent de pratiquer n'importe quel sport nautique. Vinaròs possède également des criques et des petites plages comme Playa Sur, Ameradors, Playa de Els Cossis, Saldonar, Boverals, Barbiguera, el Triador et Cala Puntal.

Une promenade culturelle à Vinaròs ?

9h00 Flânez dans les rues à la découverte des bâtiments tels que **la Casa de la Vila, la Casa Giner**, le marché municipal, l'Auditorium, la Casa Sendra et promenez-vous sur le front de mer.

11h30 Vous pouvez profiter des plages urbaines le long du **front de mer**, comme **la plage Fora Forat, plage du Clot et la plage du Fortí**. Elles possèdent toutes le drapeau bleu.

14h15 Savourez un bon repas dans l'un de nos restaurants recommandés.

16h30 Vous pouvez visiter les criques aux eaux cristallines de la côte nord et sud. Plus d'informations sur toutes les criques et les plages sur : <http://turisme.vinaros.es/es/playas-y-calas>.

20h00 Nous proposons un itinéraire qui commence là où se termine le GR-92, à l'embouchure du ravin **d'Aiguadoliva**. En suivant sa ligne, nous pouvons atteindre le village ibère de **Puig de la Nau**, aux constructions en pierre

sèche, la micro-réserve de flore avec d'importantes forêts de chênes et d'arbousiers, et le sanctuaire de la Misericordia.



Découvrez notre gastronomie

La gastronomie est l'une des grandes attractions de Vinaròs. Sa tradition maritime et la richesse des légumes locaux offrent à la municipalité tout un univers de saveurs et d'arômes avec une nette influence méditerranéenne. Riz, poissons et fruits de mer constituent la base d'une offre culinaire conçue pour satisfaire les voyageurs les plus exigeants.

Mais, sans aucun doute, la crevette de Vinaròs, réputée dans le monde entier pour sa saveur, sa texture et sa qualité incomparable, est la vedette de la cuisine de la ville.

Parmi les plats traditionnels, on trouve : les *suquets* de poisson (ragoûts), les *llandetes* de rougets avec des pommes de terre (sorte de ragoût), des anchois ou des sardines à l'escabèche, le poulpe *sulsit*, les seiches à *la brutasca* (sauce à la rate et encre de seiche), le maquereau *xapada* ou les innombrables recettes de riz, comme celui à base de squilles, l'*arroz a banda* (riz cuit dans du bouillon de poisson et servi avec de l'aïoli), l'*arrossejat* (ragoût de riz et poissons) ou le riz aux *espartenyas* (concombre de mer) sont parmi les plus populaires.

Parmi les pâtisseries traditionnelles, vous trouverez des petits gâteaux de patate douce et de cheveux d'ange ou des *llepostins*, des pâtisseries en forme de crevettes à l'essence d'orange et d'amande.

Contactez-nous :

Centre de dialyse Diaverum Vinaroz
Avenida Pablo Ruiz Picasso, 35
12500 VINAROS (Castellón)
Tél. : 00 34 964 402 034
cedivina@diaverum.com

Les endroits à ne pas manquer !

Peñíscola : Le rocher sur lequel se trouve le village mesure 54 m de haut. C'est un rocher millénaire, niché dans le bleu de la Méditerranée. À 20,9 km de la clinique et à 21 min en voiture.

Morella : La ville de Morella est un site historico-artistique primé, situé à environ 1 000 m au-dessus du niveau de la mer. Son important château a accueilli, entre autres personnages célèbres, le prince de Viana et le Cid Campeador. À 62,6 km de la clinique et à 55 min en voiture.

Parc naturel de Valltorta : Il a été déclaré monument historique-artistique et site du patrimoine mondial par l'Unesco. Les murs peints sont un excellent exemple d'art rupestre levantin. À 47,5 km de la clinique et à 45 min en voiture.

Comment s'y rendre

En avion jusqu'à l'aéroport de Castellón de la Plana et transfert en voiture (54 km).

En train, jusqu'à la gare de Castellón de la Plana, puis jusqu'à la gare de Vinaròs ou transfert en voiture de 80 km.

Vous pouvez vous y rendre depuis Castellón de la Plana ou Tarragone, en prenant l'AP-7 ou la N-340.

Emplacement de la clinique : La clinique est située à proximité de la rue de Febrer de la Torre. À 1,8 km de la gare ferroviaire et de la gare routière.

Alicante

Province d'Alicante

Alicante est sans aucun doute la province de la Communauté de Valence qui nous fait le plus penser à des vacances de rêve en Méditerranée. Bien qu'il y ait beaucoup de choses à voir dans la province d'Alicante en dehors de ses plages, la Costa Blanca d'Alicante est un véritable paradis et la principale destination touristique. Il n'est pas non plus surprenant que presque toutes les villes importantes de la province se trouvent sur la côte, de la capitale aux villes emblématiques comme Benidorm ou Jávea. Toutefois, si vous prévoyez un itinéraire dans la province, vous avez bien plus que la mer à portée de main. Les jolis villages, les beaux châteaux et les paysages naturels époustouflants d'Alicante vous attendent.

Une promenade culturelle à Alicante ?

Après un bon petit déjeuner, vous pouvez commencer votre promenade sur la **place de l'hôtel de ville d'Alicante**. Jetez un coup d'œil à la façade baroque de ce beau bâtiment du XVI^e siècle et continuez à marcher le long de l'**Explanada de España**, l'une des artères les plus fréquentées de la ville.

Passez par la petite **place Portal de Elche** et celle de **Gabriel Miró**. Ensuite, rejoignez la **rue San Francisco**, où sont érigées de curieuses figures de champignons et des marelles.

Arrêtez-vous devant le **théâtre principal**, un ouvrage néoclassique.

Ensuite, vous pouvez voir la **cathédrale**

San Nicolás de Bari et le **couvent de la Preciosísima Sangre de Cristo**. Découvrez d'autres lieux d'intérêt dans la région, tels que la **porte Ferrisa** ou le **musée d'art contemporain d'Alicante**.

Enfin, vous pourrez contempler la **basilique de Santa Maria**, le plus ancien temple de la ville, construit dans le style



Les endroits à ne pas manquer !

Toute visite du centre historique d'Alicante doit commencer ou s'achever à la **place de l'hôtel de ville**. Les bâtiments entourés d'arcades présentent une belle architecture.

Montez voir le **château de Santa Barbará**, au sommet de la montagne Benantil. C'est l'un des lieux emblématiques d'Alicante. Il s'agit d'un château arabe, construit au IX^e siècle, qui a été utilisé comme centre de détention pendant la Guerre Civile. Il est conseillé d'y aller au coucher du soleil pour profiter des meilleures vues d'Alicante.

Le **quartier de Santa Cruz** avec un réseau de rues étroites, de bars et de bâtiments blancs fleuris, est sans aucun doute une visite incontournable à Alicante.

Dans le quartier de Santa Cruz se trouve la **cathédrale de San Nicolás** de style mixte (Renaissance et gothique) et construite sur le site d'une ancienne mosquée. Elle est considérée comme le temple religieux le plus célèbre de la ville.

Découvrez notre gastronomie

La gastronomie et la cuisine typique d'Alicante se caractérisent par des plats à base de poissons et de fruits de mer frais provenant de ses côtes et de légumes prestigieux issus de ses cultures maraîchères. Ils ont une grande diversité de plats de riz et de paellas, car ils les préparent avec des produits très différents, les transformant en plats exquis comme l'**arroz a banda** (riz cuit dans du bouillon de poisson et servi avec de l'aïoli), la paella aux légumes, le riz au poulet, le riz cuit au four, et bien d'autres variétés encore.

Comment s'y rendre

En avion jusqu'à l'aéroport d'Alicante - Elche et transfert à Alicante (10 km).

Gare routière d'Alicante.

En train, AVE (TGV) jusqu'à la gare d'Alicante, puis transfert en voiture de 3 km.

Principales routes d'accès : Sur l'A-70, N330, N-332 et N340.

Emplacement de la clinique : Centre de dialyse d'Alicante, à 2 km de la gare d'Alicante.

Centre de dialyse San Vicente, à 7,6 km de la gare d'Alicante.

Contactez-nous :

Centre de dialyse Diaverum Alicante

C/ Proción, 3
03006 ALICANTE
Tél. : 00 34 966 508 164
alicante@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum San Vicente

C/Sevilla, 5 (au coin de C/ Argentina, 12)
03690 SAN VICENTE DEL RASPEIG
(Alicante)
Tél. : 00 34 965 357 657
sanvicente@diaverum.com

Elche

Province d'Alicante

Elche est une ville et une commune espagnole située dans la province d'Alicante. Elle est la capitale de la région du Bajo Vinalopó, sur les rives de la rivière Vinalopó.

La palmeraie d'Elche, ainsi que la représentation sacrée du ministère d'Elche, ont été déclarées respectivement patrimoine mondial et chef-d'œuvre du patrimoine oral et immatériel de l'humanité par l'UNESCO. Ces symboles de l'identité d'Elche constituent l'une des principales attractions touristiques de cette ville de tradition industrielle.

Elche est le seul endroit au monde où la production artisanale du palmier blanc persiste. La mairie envoie les palmes blanches aux autorités ecclésiastiques et politiques, comme le roi et la reine d'Espagne, le pape et le Premier ministre, chaque année pendant la semaine sainte.



Les endroits à ne pas manquer !

Musée archéologique et historique d'Elche. L'histoire passionnante d'Elche, de ses origines à nos jours, est présentée de manière ludique et interactive dans deux espaces différents pour établir un discours historique/chronologique de la ville.

La palmeraie d'Elche. Site classé au patrimoine mondial de l'UNESCO en 2000. Il crée un paysage culturel unique d'une valeur exceptionnelle et d'une portée universelle.

Jardin Huerto del Cura. Il a été déclaré jardin artistique national en 1943. À l'intérieur, vous trouverez toutes sortes de plantes tropicales.

Les plages d'Elche. 9 kilomètres de plages dans un environnement naturel avec des dunes et des forêts de pins et une riche végétation poussant près de la mer. Idéales pour la pratique des sports nautiques grâce aux vents méditerranéens et à leurs fonds marins. Cinq des six plages sont des plages à drapeau bleu.

Une promenade culturelle à Elche ?

Visiter la vieille ville d'Elche signifie se promener parmi des bâtiments de différentes époques, avec divers styles architecturaux et des histoires passionnantes, et des fêtes populaires. Au cœur du centre-ville se trouve la **place de la Glorieta**, avec la célèbre **réplique de la Dame d'Elche** et un ange représentant le **Mystère d'Elche**, le célèbre drame qui raconte l'histoire de l'Ascension de la Vierge Marie et attire des milliers de touristes chaque année.

À 2 minutes de marche, sur la **place de la Mercé**, profitez d'une ambiance familiale et conviviale avec d'agréables terrasses où vous pourrez prendre l'apéritif. Au centre se trouve une fontaine en

pierre entourée de quelques bancs. Dos à la place, se dresse l'ancien couvent de Santa Lucía, un bâtiment de trois étages avec un beau cloître néoclassique et une façade Renaissance. Il a été occupé pendant des années par les Clarisses, bien que, longtemps avant, il ait été un lieu de détente privilégié pour les musulmans.

Dans les fondations du couvent se trouvent les **hammams**, avec trois salles voûtées (froide, tiède et chaude) et un vestiaire. En face de la façade du couvent se dresse la **tour de Calahorra**, une tour de guet islamique datant du XII^e siècle.

De l'autre côté de la tour, **la place de Santa Isabel** vous invite à rêver avec son atmosphère historique en compagnie de **Las Tres**

Marías, une statue qui recrée l'apparition de la Vierge et de sa suite dans le Mystère d'Elche.

Bien qu'il soit un peu plus éloigné que les autres monuments du centre, le **pont de Santa Teresa** vaut également le détour. Il s'agit du plus vieux pont d'Elche, qui était à l'origine en bois.



Dame d'Elche

Découvrez notre gastronomie

En plus de sa grande richesse culturelle, Elche offre une excellente gastronomie, utilisant la grande diversité de produits que la région a à offrir. Un riche potager et la proximité de la côte marquent l'histoire culinaire de la ville. Le plat le plus connu de la cuisine d'Elche est l'**arroz con costra** (riz en croûte), mais le riz au lapin et le traditionnel **puchero** aux boulettes de viande (sorte de potage) méritent également d'être mentionnés. Le mullet de Hondo avec de l'aioli et les fruits de mer de la côte sont également très populaires.

Les desserts comprennent la **tortada** d'Elche (gâteau aux amandes) et le pain aux figues.

Contactez-nous :

Centre de dialyse Diaverum Elche

Avenida Jubalcoy, 36
03202 ELCHE (Alicante)
Tél. : 00 34 966 901 336
elche@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Orihuela

C/ Médico Temístocles Almagro, 30
03300 ORIHUELA (Alicante)
Tél. : 00 34 966 901 510
orihuela@diaverum.com

Comment s'y rendre

Centre de dialyse d'Elche, à 11 km de l'aéroport d'Alicante - Elche.

Centre de dialyse d'Orihuela, à 750 m de la gare d'Orihuela.

Emplacement de la clinique : la clinique est située dans le centre de la ville, à côté du stade Manuel Martínez Valero.

- Barcelone
- Pineda del Mar
- Mataró
- Badalona
- L'Hospitalet de Llobregat



Catalogne

Un pays merveilleux, la Catalogne, la porte de l'Europe, un lieu plein de culture et d'histoire, de vignobles et de gastronomie riche. Explorez ses monastères, ses anciens châteaux et appréciez ses magnifiques paysages.

Des Pyrénées aux kilomètres interminables du littoral méditerranéen, avec ses criques charmantes. Des capitales qui regorgent de grands monuments historiques racontant notre passé, et des coins qui semblent être ancrés dans l'époque médiévale. Visitez ses parcs naturels et ses sites du patrimoine mondial, ainsi que les petites villes et les villages - dont certains sont très proches de Barcelone - qui valent le détour quelle que soit la période de l'année. Il est si facile de trouver la destination idéale pour chaque occasion, qu'il s'agisse d'une simple escapade à la plage pendant les mois d'été ou de l'alpinisme par temps plus froid. À moins que vous ayez envie de visiter de charmants villages ? En tout cas, les destinations ne manquent pas !



La Sagrada Familia

Barcelone

Province de Barcelone

Avec 1,7 million d'habitants, Barcelone est la deuxième ville la plus peuplée d'Espagne. La capitale catalane est une ville méditerranéenne cosmopolite qui possède un important patrimoine historique et artistique, ainsi qu'un important héritage culturel, grâce à son histoire riche marquée par le dynamisme économique.

Barcelone a accueilli l'Exposition universelle de 1888, l'Exposition internationale de 1929, les Jeux olympiques de 1992 et le Forum universel des cultures de 2004. Elle possède l'un des ports les plus importants de la Méditerranée et constitue un point de communication clé entre l'Espagne et la France, grâce à des liaisons autoroutières et ferroviaires à grande vitesse.

Une promenade culturelle à Barcelone ?

9h00 Commencez par les quartiers les plus historiques de la ville, le **quartier gothique** et la fantastique **cathédrale de Barcelone**. Nous vous recommandons de visiter le **marché du Camello**.

11h00 Du **quartier gothique**, vous pouvez remonter vers la **Plaça Catalunya** en passant par la promenade animée et commerciale du **Portal de l'Angel**.

Très proche de la **Plaça Catalunya** se trouve le **Passeig de Gràcia**. C'est dans cette avenue que sont situées la **Casa Batlló** et la **Casa Milà**. Un autre lieu incontournable est **Las Ramblas**. Sur la promenade, vous trouverez le **marché de la Boqueria**.

13h00 De la Boqueria, dirigez-vous vers le **quartier du Raval**, pour changer de *rambla* et d'atmosphère. Un quartier vivant et multiculturel, qui regorge de nombreux théâtres

et de petites boutiques, et restaurants du monde entier. Après la balade dans le Raval, vous pourrez retourner à Las Ramblas en empruntant la **rue de Sant Pau**.

14h15 Savourez un bon repas.

17h00 Après être passé devant le **monument de Christophe Colomb**, en traversant le **Moll de la Fusta**, vous arrivez au **Maremagnum**. De là, rendez-vous à **La Sagrada Familia**. Cette basilique, un chef-d'œuvre de **Gaudí**, est devenue l'un des symboles de la ville et constitue une visite obligatoire. Notre lieu préféré dans la ville est le parc emblématique, situé dans la partie supérieure de la ville, avec une vue privilégiée : le **Parc Güel**. Acquis par le **Comte Güel** à la fin du XIX^e siècle, il a été conçu par **Gaudí** comme un chemin d'élévation spirituelle.

19h00 Dans ce parc, vous pouvez passer un après-midi tranquille à flâner et

à apprécier le génie de l'auteur. Ses viaducs uniques ou le célèbre dragon se distinguent, mais le plus frappant est la **Sala Hipósita**. Cet endroit, composé de 86 colonnes visuellement inclinées qui soutiennent la place de la Naturaleza (place de la nature) et servent de système de drainage des eaux, possède une acoustique merveilleuse dont profitent régulièrement les musiciens qui s'y produisent.

Découvrez notre gastronomie

La gastronomie et la nourriture typique de Barcelone sont l'une de ses principales attractions. Parmi les plats les plus typiques, on trouve des recettes provenant à la fois de la mer et de la montagne, car la gastronomie de la région est influencée par les deux. Parmi ses plats les plus typiques, on trouve : le pain à la tomate, les *caçots* (sorte de poireaux) à la sauce romesco, les cannellonis, la coca catalane (galette sucrée ou salée), la *butifarra amb mongetes* (saucisse catalane aux haricots blancs), l'*escudella i carn d'olla* (soupe catalane), le *suquet de peix* (ragoût de poisson), l'*escalivada* (légumes grillés), l'*esqueixada de bacallà* (salade froide à base de morue), le *fricandó* (ragoût de bœuf), le poulet rôti à la catalane et pour le dessert la crème catalane.



Contactez-nous :

Centre de dialyse de Rotellar

C/ Concepción Arenal, 151
08027 BARCELONE
Tél. : 00 34 933 116 011
rotellar@diaverum.com

Centre de dialyse Nephros

C/Harmonia, 7
08035 BARCELONE
Tél. : 00 34 933 575 725
nephros@diaverum.com

Centro de Diálisis Virgen de Montserrat

C/Gran de Sant Andreu, 467
08030 BARCELONE
Tél. : 00 34 934 359 007
vmonts@diaverum.com

Institut d'hémodialyse de Barcelone

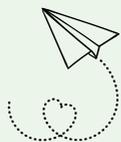
C/ Arístides Maillol, 15
08028 BARCELONE
Tél. : 00 34 934 407 803
ihb@diaverum.com

Centre de dialyse Palau

C/ San Antonio María Claret, 135
08027 BARCELONE
Tél. : 00 34 936 241 396
palau@diaverum.com

Musée national d'art de Catalogne





Comment s'y rendre

En avion à l'aéroport d'El Prat et transfert au centre de Barcelone (15 km).

En train, AVE (TGV) jusqu'à la gare de Sants de Barcelone

Par la route, via l'autoroute A-2

Emplacement des cliniques :

- Le centre de dialyse Nephros se trouve à seulement 2 kilomètres du parc Güell.
- Le centre de dialyse Virgen de Montserrat se trouve à 12 minutes de la gare de Barcelone Sants.
- L'institut d'hémodialyse de Barcelone se trouve à seulement 350 mètres du Camp Nou.
- Le centre de dialyse Rotellar se trouve à 100 mètres de la gare de Sagrera.
- Le centre de dialyse Palau se trouve à 5 minutes à pied de la Sagrada Família.

Basilique de la Sagrada Família



Pineda de Mar

Province de Barcelone

Le Maresme est une région située entre Barcelone et la Costa Brava qui combine la richesse d'une zone touristique de renommée internationale avec des plages d'une beauté méditerranéenne, des ports de plaisance actifs, la culture, la gastronomie et les traditions de ses fêtes populaires avec la végétation luxuriante des trois parcs : Cordillera Litoral, Montnegre y Corredor et Serra Marina.

Pineda de Mar est une mine de possibilités où vous pourrez profiter d'un environnement naturel, de la détente et des loisirs en famille, de la culture, du patrimoine et des traditions, de la bonne gastronomie, etc... N'hésitez pas à nous rendre visite. Nous vous attendons !



Les endroits à ne pas manquer !

Voyagez à Barcelone pour visiter les œuvres de Gaudí, comme le **parc Güell** ou la **Sagrada Família**, ainsi que les Ramblas et le Port Olympique. Vous pourrez également profiter d'une journée de shopping à la Roca Village.

Visitez le jardin **botanique de Marimurtra**, à Blanes, pour observer les plantes typiquement méditerranéennes au sommet d'une falaise. Visitez **Tossa de Mar** et la charmante ville intérieure de **Peratallada**.

Une promenade culturelle à Pineda de Mar ?

9h00 Commencez la journée à bord d'une petite croisière pour visiter les différentes plages de la **Costa Brava Sud** confortablement, avec des arrêts à **Lloret de Mar, Fenals, Santa Cristina, Blanes S'Abanell, Malgrat de Mar, Santa Susanna, Pineda, Poble Nou, Calella et Sant Pol de Mar**.

Les billets sont des billets aller-retour et peuvent être utilisés toute la journée pour aller de plage en plage.

13h00 C'est l'heure du vermouth. Un apéritif sur le **front de mer de Pineda** pour recharger les batteries avant d'aller déjeuner.

14h15 Un déjeuner pour profiter de la gastronomie typique de la **Costa Brava**.

16h30 Promenade sur la **route des quatre ermitages**, qui traverse la ville. L'itinéraire nous mène à **Sant Rafael, Sant Jaume, Sant Antoni et Gràcia**. En chemin, nous pouvons également profiter de l'occasion pour faire du shopping dans le

centre.

22h00 Il est temps de profiter d'un agréable dîner dans l'un des restaurants de **Pineda de Mar**.



Contactez-nous :

Centre de dialyse Maresme
C/ Marconi, 2
08397 PINEDA DE MAR (Barcelone)
Tél. : 00 34 937 672 576
maresme@diaverum.com



Découvrez notre gastronomie

La cuisine locale est dominée par des ragoûts de poisson et des ragoûts avec des légumes de la région. Certains des produits de la région du Maresme ont acquis une bonne réputation, comme les cerises d'en Roca d'Arenys de Munt ou les raisins d'appellation d'origine Alella.

Du côté de la mer, mentionnons les calmars, les crevettes, les langoustines et les palourdes d'Arenys de Mar, sans oublier la grande variété de poissons de la côte méditerranéenne.

Le tout est complété par des desserts comme la **coca de Llavaneres** (galette sucrée) ou des biscuits rappelant le style architectural de Domènech i Montaner, qui sont un bon exemple de la grande diversité qui existe.

Comment s'y rendre

Par avion, à l'aéroport de Gérone et transfert en voiture (32 km), ou à l'aéroport de Barcelone (75 km).

Gare de Pineda de Mar, ligne ferroviaire de Maresme (ligne 1 de Rodalies Renfe).

Voiture : Par la route de la N-II.

Emplacement de la clinique :
La clinique est située à 2,5 km de la gare ferroviaire et de la gare routière.

Mataró

Province de Barcelone



Les endroits à ne pas manquer !

La Nef Gocé, la première œuvre de Gaudí.

Casa Cuello y Riegàs, conçue par l'architecte Josep Puig i Cadafalch.

La plage du Varador et la plage du Callao.

Mataró, située dans la région du Maresme, est une ville méditerranéenne à visiter à tout moment de l'année. La capitale du Maresme compte plus de 127 000 habitants et bénéficie d'une situation privilégiée : elle est située entre la mer et la Serralada Litoral, à seulement 30 kilomètres de Barcelone, ce qui ne fait qu'ajouter à l'intérêt de cet endroit qui est bien plus qu'une destination de plage.

Mataró possède une variété d'attractions touristiques allant de ses plages à son patrimoine culturel, en passant par sa longue histoire qui remonte à l'époque où elle était l'Iluro romaine.

N'attendez plus et découvrez toutes les facettes du Mataró.

Une promenade culturelle à Mataró ?

9h00 Prenez votre petit déjeuner dans l'un des cafés situés dans le centre historique de Mataró.

11h00 Visitez ensuite la **basilique de Santa Maria**, le principal temple religieux de Mataró, ville de la province de Barcelone. Elle fut construite au XVII^e siècle dans un style baroque italien avec des éléments byzantins. Les chapelles latérales sont particulièrement intéressantes, comme la chapelle des Dolores, l'un des bijoux du baroque catalan. Il y a également un orgue et un grand retable baroque de l'artiste local Antoni Riera i Móra.

13h00 Pour l'apéritif, allez à **la plage de Varador**, la plage principale de la ville côtière de Mataró. D'une longueur d'un kilomètre et d'une

largeur d'environ 50 mètres, c'est la plage typique du littoral barcelonais, couverte de sable doré.

14h00 Déjeuner dans n'importe quel restaurant du centre historique.

16h00 Profitez d'une visite guidée du **site archéologique de Torre Lauder**.

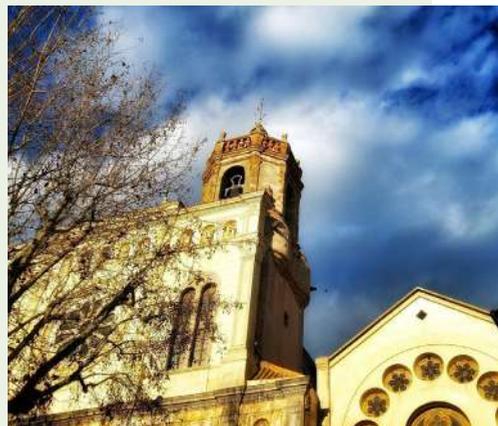
18h00 Visitez la **ferme de Can Xammar**, les vestiges, découverts dans les années 1960, d'une ville romaine prospère appelée Iluro. Ceux-ci correspondent aux bains publics de la ville, qui témoignent de l'importance qu'avait autrefois Iluro.

20h00 Pour le dîner, direction le **marché d'El Rengle**, ce petit marché situé dans le centre de Mataró. Le bâtiment, qui date de la fin du XX^e siècle, intègre des éléments modernistes (fer

forgé, céramique) et son toit est l'œuvre du célèbre architecte Josep Puig i Cadafalch.



Église de Santa Maria



Découvrez notre gastronomie

Mataró possède une offre gastronomique de mer et de montagne comme peu d'autres. Que vous souhaitiez grignoter quelque chose ou faire un bon repas dans une atmosphère détendue et décontractée, vous trouverez tout ce que vous cherchez dans cette ville.

L'une des spécialités est le *Plat de Mataró*, un ragoût de petits pois à la seiche et aux pommes de terre, auquel une série de journées sont consacrées au printemps : les Journées gastronomiques du *Plat de Mataró*, auxquelles participent une trentaine de restaurants de la ville.



Comment s'y rendre

Par avion, à l'aéroport d'El Prat (Barcelone) et transfert à Mataró (48 km).

En train, AVE (TGV) jusqu'à la gare de Barcelone Sants, puis train jusqu'à la gare de Mataró ou transfert en voiture de 35 km.

Via l'A-2 et ensuite l'AP-2.

Emplacement de la clinique : La clinique est située dans le centre-ville. À 4,5 kilomètres de la gare ferroviaire et 4,1 kilomètres de la gare routière.

Contactez-nous :

Centre de dialyse de Mataró

Ronda Païses Catalanes,
47 - 49
08304 MATARÓ
(Barcelone)
Tél. : 00 34 937 414 576
mataro@diaverum.com

Badalona

Province de Barcelone



Avec plus de 2 000 ans d'histoire, c'est l'une des plus anciennes villes de Catalogne. Badalona possède un splendide patrimoine et conserve des lieux incontournables lors d'une visite. À Badalona, vous pourrez découvrir les importants vestiges du Baetulo romain, les *masías* (maisons rurales de Badalona) et le monastère de San Jerónimo de la Murtra, un monument historico-artistique d'intérêt national.

En outre, Badalona vous permet de découvrir le processus de distillation de l'anis dans la célèbre usine Anís del Mono, tout en contemplant l'empreinte laissée sur la ville par l'arrivée de l'industrie et du modernisme en tant que mouvement culturel et artistique. Rapprochez-vous de la Badalona actuelle, une ville qui offre une multitude de services, une référence dans le monde du sport, qui promeut la culture et les traditions ; le tout face à la mer et à côté de Barcelone.

Une promenade culturelle à Badalona ?

10h00 Route touristique à travers le **centre historique** de la ville pendant environ 90 minutes.

12h00 Visitez les **Badius** (cours intérieures de maisons privées).

13h00 Visitez le **monastère de Sant Jeroni de la Murtra**.

14h15 Reprenez des forces avec un bon repas.

16h30 Visite de l'usine **Anís del Mono** (1h30).

18h00 Visitez le **parc de Can Solei i Ca l'Arnús**.

19h00 Shopping dans les rues piétonnes les plus agréables de Badalona, le Carrer del Mar et La Rambla. La Carrer del Mar, qui est perpendiculaire à la côte, est une rue commerçante animée où se concentre une grande partie de l'activité de la ville.

20h00 Profitez d'un bon dîner dans l'un des restaurants de Badalona.



Contactez-nous :

Institut médical de Badalona

C/ Font i Escoló, 24

08915 BADALONA

(Barcelone)

Tél. : 00 34 93 383 42 07

badalona@diaverum.com

Découvrez notre gastronomie

La gastronomie de Badalona se distingue par tous ces plats liés à la tradition maritime, aux origines rurales et aux produits de la mer et de la terre.

En visitant cette terre, vous ne pouvez pas manquer le poulpe aux pommes de terre et à l'aïoli, la bouillabaisse ou la morue aux pommes de terre et à l'aïoli, populairement connus comme « Grandi colloni » parmi les marins de la ville. Un autre plat qui mérite d'être mentionné est la pêche de vigne farcie à la viande et enfin les haricots de la Francis.



Comment s'y rendre

En avion à l'aéroport de Barcelone-El Prat et transfert à Badalona (28 km).

En train, AVE jusqu'à la gare de Barcelone Sants puis train jusqu'à la gare de Badalona ou transfert en voiture 14 km.

Autoroute A2.

Emplacement de la clinique : À côté du front de mer, à 10 minutes à pied de la gare de Badalona.

Les endroits à ne pas manquer !

Visitez les **caves Parxet** à Tiana (Mas Perxet Tiana). Visite guidée de la production de leur cava.

N'hésitez pas à vous rendre au **Port Vell de Barcelone** à 16 minutes de Badalona, à environ 12 km et visitez le musée maritime, ou le Maremagnum, une grande zone de loisirs où se trouve également l'Aquarium de Barcelone.

L'Hospitalet de Llobregat

Province de Barcelone

L'Hospitalet de Llobregat est un joyau méconnu qui renferme en son sein d'innombrables vestiges patrimoniaux et un caractère unique, résultat du mélange de ses origines médiévales, de son passé industriel et de son présent ouvert et cosmopolite. Au-delà de son lien historique avec Barcelone, l'Hospitalet se distingue comme une destination unique avec ses propres attractions.

Des emblématiques tours de la Fira qui se détachent à l'horizon avec une touche avant-gardiste et colorée, à la tour de guet du XVI^e siècle et aux demeures seigneuriales de Pubilla Cases et Can Rigalt, sans oublier l'emblématique rue Xiperet, l'Hospitalet de Llobregat surprend par ses nombreuses atmosphères et attractions. Une ville de destination en plein essor pour le tourisme, les congrès et les affaires, ainsi qu'un cadre privilégié pour les salons et les festivals.



Découvrez notre gastronomie

La cuisine catalane est très variée et riche en saveurs, en odeurs et en couleurs. Elle comprend une grande variété de produits de la mer, de la montagne et du potager pour préparer des plats typiques tels que *l'esqueixada* (salade froide à la morue), *l'escudella* (soupe catalane), les cannelloni, le *xato* (salade catalane), *l'escalivada* (légumes grillés), les *butifarras* (saucisses catalanes), le *fricandó* (ragoût de bœuf), d'excellentes viandes rouges grillées, des poissons et des fruits de mer frais... Sans oublier les plats les plus populaires comme les *fideuás*, le *suquet de peix* (ragoût de poisson) et les incontournables *calçots* (sorte de poireaux) ou, pour les desserts, la crème catalane, les *panellets* (petits gâteaux ronds) ou les *neulas* (sorte de cigarettes russes). La cave de la région est réputée pour ses vins d'appellation d'origine Penedés et Priorat, ainsi que pour ses excellents et réputés cavas.

Les endroits à ne pas manquer !

Crypte de la Colònia Güell, à Santa Coloma de Cervelló. La crypte est l'œuvre de Gaudí et a été classée au patrimoine mondial de l'UNESCO en juillet 2005.

Comment s'y rendre



En avion, à l'aéroport de Barcelone-El Prat et transfert en voiture (12 km) ou en métro ligne 9S Can Tries/Gornal.

En train, AVE (TGV) jusqu'à la gare de Barcelone Sants, puis train jusqu'à la gare de L'Hospitalet de Llobregat ou transfert en voiture de 4 km.

A-2 et B-23.

Emplacement de la clinique : À 10-15 minutes à pied de la clinique se trouve la Fira de L'Hospitalet de Llobregat.

Contactez-nous :

Centre de dialyse Baix Llobregat
Carrer dels Motors, 392
08902 L'Hospitalet de Llobregat (Barcelone)
Tél. : 00 34 934 222 020
baix@diaverum.com

Une promenade culturelle à L'Hospitalet de Llobregat ?

09h00 Commencez la promenade à l'entrée de la **rue Major**, en vous dirigeant vers les rues entre Femades et l'**Avinguda del Carrilet** jusqu'au rond-point de la Rambla Marina, puis empruntez les rues proches de la place de la Vila telles que Roselles, Príncipe de Bergara jusqu'à l'hôtel de ville.

11h00 Ensuite, le long de la **rue Major**, dirigez-vous vers l'historique **rue Xiperet** où a été fondé le premier noyau qui donne son nom à la ville, où coexistent deux palais extraordinaires, celui de l'**Harmonia** et la **Casa Espanya**, les sièges du **musée de L'Hospitalet**. Mentionnons également la **tour de défense Atalaya** à l'entrée de la rue et de nombreuses maisons d'origine rurale bien conservées, ainsi que des fermes, dont la ferme Can Sumarro avec de beaux jardins et le siège actuel de la bibliothèque du Centre.

13h00 Promenez-vous dans les rues comprises dans le quadrant formé par la **rue**

Alvarez de Castro, l'avenue Josep Tarradellas, la rue Barcelona et la Rambla Just Oliveras pour mettre en évidence des rues telles que **Molines, L'Església, Tecla Sala ou Centre**. Vous aboutirez ensuite à la charmante place du Repartidor avec sa fontaine au centre et l'ancien bâtiment de la poste rénové en école de cuisine et restaurant **El Llindar** qui se consacre à offrir une seconde chance aux jeunes.

14h15 Profitez de votre déjeuner dans l'un des restaurants de la zone

17h00 Retour au quadrant précédent par la **rue de Lleida** pour visiter le groupe de vieilles maisons dans la **rue Santa Bárbara** et monter la **Riera de la Creu** jusqu'à l'entrée du **parc de Can Buxeres**, mais pas avant d'avoir emprunté la très secrète rue Parral, invisible à première vue, mais qui cache un ensemble de belles petites maisons.

19h00 Can Buxeres vaut toujours le détour pour ses jardins et pour profiter du

palais et de ses environs. Ressortez par la **route d'Esplugues** jusqu'à la gare de Renfe pour connaître le prochain quadrant de rues entre la **Rambla Just Oliveras, Josep Tarradellas, l'avenue Isabel la Católica et Enric Prat** de la Riba. Vous y verrez l'ancienne **usine de Can Vilomara** qui est aujourd'hui le siège d'une école publique ; à côté, vous avez le **centre commercial La Farga** et dans la **rue Barcelona, la Farga** dans sa version de centre d'événements et de salons. Entre la **rue Girona** et Las Ramblas, allez explorer les petites rues et les passages qui préservent les maisons d'époque.

21h 00 Il ne vous reste qu'à passer par les quelques rues du quadrant entre le **Prat de la Riba, l'avenue Fabregada, l'avenue du Carrilet et la Rambla Marina** avec la moderne **place de Lluís Companys** comme grand espace de loisirs. Nous terminons l'itinéraire sur la place de la mairie.



Saint-Jacques-de-Compostelle

Pontevedra

Vilagarcía



Galice

« La dernière frontière de l'Espagne », son territoire est situé à la limite nord-ouest de la péninsule, et même de ce qui fut le monde connu jusqu'à la découverte de l'Amérique, le cap Finisterre, où se trouve aujourd'hui un village de pêcheurs typique dont le nom rappelle ce cap particulier.

La Galice est célèbre pour ses merveilleux paysages, verts dans ses champs et argentés dans la mer, ainsi que pour ses magnifiques bâtiments, allant des pittoresques habitations traditionnelles aux plus importants joyaux monumentaux.

La Galice possède un intérieur essentiellement montagneux et un littoral sillonné de nombreuses rias, où l'on ressent l'action modérée de la mer. C'est ce qui fait des Rías Baixas la région la plus chaude du nord du pays. Son littoral présente de grands contrastes, entre les formes douces d'As Mariñas et les falaises dangereuses de la Costa de la Muerte. L'intérieur est traversé par de nombreux cours d'eau, un aspect qui a amené Álvaro Cunqueiro à le baptiser le pays des mille rivières.

Une terre qui se distingue par sa gastronomie et ses habitants, ce qui en fait l'une des dix premières destinations au monde.



Coquille Saint-Jacques du Chemin de Compostelle

Saint-Jacques-de-Compostelle

Province de La Corogne

Depuis des siècles, des milliers de pèlerins parcourent chaque année le Chemin de Compostelle avec un rêve à réaliser : atteindre la capitale de la Galice et entrer dans sa cathédrale désormais mythique. Selon la tradition, les restes de l'apôtre saint Jacques, découverts au IX^e siècle, sont enterrés dans ce monument.

Cependant, Saint-Jacques-de-Compostelle est une ville vivante qui a bien d'autres raisons d'éblouir le voyageur, pèlerin ou non : d'innombrables restaurants et bars où déguster les exquis fruits de mer de Galice, un centre historique classé au patrimoine mondial de l'UNESCO, des propositions d'art contemporain... Un large programme dans cette ville qui allie son histoire à un visage plus jeune et plus moderne.

Une promenade culturelle à Saint-Jacques-de-Compostelle ?

10h00 Commencez la journée par une visite de **la cathédrale**. Une fois à l'intérieur, vous pouvez visiter les **toits de la cathédrale**, qui vous aideront à vous situer et à comprendre un peu l'histoire de la ville et d'où vous pourrez profiter de vues à couper le souffle.

11h30 Après cet arrêt, évadez-vous dans les rues. En quittant la cathédrale, vous vous trouverez sur **la Praza do Obradoiro**, d'où vous pouvez passer un moment à admirer la belle façade et les bâtiments environnants.

12h00 De là, vous empruntez un petit passage à droite de la cathédrale qui vous conduit à la **Praza da Inmaculada**, où se situe le **monastère de San Mariño Pinario**. Continuez à monter vers la **Praza de Cervantes** et descendez ensuite vers la

rue Casas Reais, l'entrée du chemin de Saint-Jacques. De l'autre côté de la rue, vous arriverez au **parc Bonaval**, en passant par le **centre d'art contemporain de Galice** et le **musée du peuple galicien**.

14h30 Il est l'heure d'aller déjeuner.

17h00 Après avoir goûté à la fantastique nourriture galicienne, poursuivez votre visite vers la **la Praza da Quintana**. Elle est située à l'arrière de la cathédrale et c'est le meilleur endroit d'où l'on peut voir **la tour de l'horloge** et sa Bérengère. En chemin, vous passerez par la **Praza das Praterias**, où se trouve une curieuse maison baroque appelée **Casa del Cabildo**.

Poursuivez votre visite le long de la belle Rúa do Vilar, avec ses boutiques et ses arcades, une promenade incontournable pour toute visite.

19h00 Cette promenade

s'achève à **l'Alameda** d'où vous aurez une vue imprenable sur la vieille ville et sa cathédrale. C'est un lieu de rencontre pour les habitants de Saint-Jacques-de-Compostelle, un lieu accueillant, vert et spacieux.

Vous pouvez ensuite rentrer dans la vieille ville par l'une de ses rues et marcher jusqu'à l'heure du dîner.

21h00 Pour le dîner et les boissons, vous n'aurez aucun mal à trouver des dizaines d'endroits très attrayants.



Cathédrale de Saint-Jacques-de-Compostelle

Découvrez notre gastronomie

L'un des points forts de la Galice et, plus particulièrement, de Saint-Jacques-de-Compostelle, est sa délicieuse gastronomie. La cuisine galicienne est sans doute l'une des meilleures, en particulier la cuisine de la ville, délicieuse, variée et saine. Nous vous invitons à faire un itinéraire gastronomique qui vous permettra également de visiter la ville et de découvrir son histoire.

Parmi toutes ses merveilles, nous aimerions mettre en avant 5 plats typiques de la ville : les coquilles Saint-Jacques gratinées, le poulpe à la mode de Galice, la tourte galicienne, le bouillon aux fanes de navets de Galice et, bien sûr, le gâteau de Saint-Jacques.



Contactez-nous :

Centre de dialyse Diaverum Santiago
C/ Castiñeiriño, 91. 15702 SAINT-JACQUES-DE-COMPOSTELLE
Tél.: 00 34 981 562 199
santiago@diaverum.com

Les endroits à ne pas manquer !

Ponte Maceira. C'est un point de passage sur le Chemin de Compostelle et un endroit parfait pour se baigner en été. À 21,00 km de la clinique et à 19 min en voiture.

Belvédère Gundián. Belvédère Alto do Castro Ces belvédères sont proches les uns des autres et offrent des vues panoramiques incroyables. Ils sont accessibles en voiture. À 25,6 km de la clinique et à 25 min en voiture.

Padrón. Padrón est l'un des villages vedettes à visiter près de Santiago. Vous pourrez y marcher sur les traces de Rosalía de Castro, Camilo José Cela et du chemin de Compostelle. À 26,6 km de la clinique et à 22 min en voiture.



Comment s'y rendre

En avion jusqu'à l'aéroport de Saint-Jacques-de-Compostelle, puis transfert (16 km).

Gare routière de Santiago et transfert en voiture.

Par l'AP-9.

Emplacement de la clinique : La clinique se trouve à 3 kilomètres de la gare ferroviaire et à 2 kilomètres de la gare routière.

Pontevedra

Province de Pontevedra



Construite avec la patience du passage des siècles, cette « boa vila », avec ses charmantes rues et places aux noms de guildes pleines de bâtiments d'architecture cultivée et populaire, possède l'un des complexes historiques les plus beaux et les mieux conservés de Galice.

Cette ville piétonne vaut le détour pour faire de longues promenades, se détendre dans ses parcs et ses places et déguster une tapa, un café ou une boisson dans l'une de ses terrasses animées.

Une promenade culturelle à Pontevedra ?

9h00 Petit-déjeuner sain. Bien sûr, il faut faire attention au potassium et aux excès de liquides. Sur la **Praza da Ferrería**, par exemple, il existe plusieurs cafés où vous pouvez commencer la journée avec énergie.

10h00 Alameda de Pontevedra. C'est le meilleur endroit pour commencer notre promenade dans cette vieille ville. Tout autour, vous trouverez de grands bâtiments, l'hôtel de ville, la députation provinciale, l'institut, et surtout **les ruines de Santo Domingo.**

10h30 En descendant derrière l'hôtel de ville, vous arriverez au **palais des Mendoza** et à la grande **basilique de Santa María**, que tous les visiteurs adorent. Comme curiosité, dans la basilique il y a un saint avec des lunettes ; par erreur, le Christ est situé à la gauche de Dieu le Père.

12h00 Si vous continuez à marcher et descendez une petite rue appelée Isabel, vous trouverez la place des **cinq rues avec son transept**

du XVIII^e siècle. C'est là que se trouve la maison de Valle Inclán et celle de « son voisin », comme le dit la plaque sur le mur. Pendant la promenade, l'odeur de poulpe, de *chistorra* (saucisse sèche), de calamar et de bon albariño ne passera pas inaperçue, car vous arrivez déjà dans une zone de tapas.

13h00 Continuez à marcher le long de la **rue Princesa** et vous arriverez à la **place de la Herrería**, un endroit très fréquenté car c'est l'un des lieux de rencontre par excellence. En chemin, vous passerez par la **place du Teucro**, le **Liceo Casino et la rue des Soportales (arcades)**, conçues pour traverser toute la ville sans se mouiller. Une idée excellente ! Si vous vous arrêtez pour regarder les alentours, vous verrez des jardins de camélias, des fontaines aux jets d'eau abondants et le couvent de San Francisco avec son escalier en pierre.

14h15 Pour déguster une cuisine innovante, jetez un coup d'œil à nos recommandations de restaurants.

16h30 Vous êtes maintenant sur la **place de la Leña**, continuez votre promenade à pied. Vous partirez d'une petite place avec deux rangées d'arcades, cinq bars et restaurants avec leurs terrasses. À noter également la vieille croix en pierre et le grand **musée de Pontevedra** : un puzzle de six bâtiments différents chargés d'histoire, de culture et d'art.

20h00 L'heure du dîner approchant, commencez votre tournée des tapas dans **les cinq rues.**

22h00 En continuant par l'une des cinq rues, plus précisément la rue Barón, vous arriverez directement au Parador de Pontevedra.



Contactez-nous :

Centre de dialyse de Pontevedra
Rua do Agro da Estrela, 3 - 5
36004 A PARDA (Pontevedra)
Tél. : 00 34 986 869 519
pontevedra@diaverum.com



Les endroits à ne pas manquer !

Marin. Sa route des plages est incomparable. En outre, vous pouvez visiter un éco-parc, l'école navale ou militaire ou la réserve naturelle du lac Castañearas. À 7,9 km de la clinique et à 11 min en voiture.

Îles. Dans la ria de Pontevedra, Nos, Tambo, ou les îles Cíes.

Sanxenxo, Portonovo et Combarro. Villages maritimes, zones typiques des *hórreos* (greniers élevés sur des piliers). Une vie nocturne de renommée internationale avec un port touristique populaire.

Campo Lameiro. Capitale galicienne de l'art rupestre avec la plus importante concentration de gravures rupestres d'Europe. À 22,5 km de la clinique et à 27 min en voiture.

Découvrez notre gastronomie

La gastronomie de la province de Pontevedra est l'ensemble des plats, préparations et coutumes culinaires de la province de Pontevedra. L'une de ses spécialités, très répandue dans la cuisine galicienne, est l'épaule de porc aux fanes de navet. Comme il s'agit d'une région côtière, la cuisine de poissons et de fruits de mer y est abondante.

Comment s'y rendre

En avion, à l'aéroport de Vigo (32 km).

Gare de Pontevedra.

Via l'A-6.

Emplacement de la clinique : à côté de la place Fermín Bouza Brey. À 700 mètres de la gare ferroviaire et à 850 mètres de la gare routière.



Vilagarcia de Arousa

Province de Pontevedra

Vilagarcía de Arousa est la capitale de la Ría de Arousa et le port naturel de Saint-Jacques-de-Compostelle, avec une population de près de 35 000 habitants, ce qui en fait la huitième ville de Galice. Grâce à ses caractéristiques géographiques, elle constitue un pôle d'attraction pour de nombreuses personnes, qui choisissent cette ville comme lieu de résidence, même si ce n'est que pour les vacances.

Vilagarcía est également un endroit idéal pour établir le centre opérationnel d'un séjour inoubliable en Galice. Vilagarcía, dont les fêtes ont été déclarées d'intérêt touristique (procession de San Roque, fête de l'eau, fête de la palourde de Carril, combat naval, fête de l'Albariño), dispose d'un large éventail d'activités commerciales et de loisirs. Elle se trouve à une demi-heure de Saint-Jacques-de-Compostelle et de Vigo, et à seulement 25 kilomètres de Pontevedra.

Une promenade culturelle à Vilagarcia de Arousa ?

10h00 Commencez par une promenade agréable le long du front de mer qui comprend les plages d'**A Concha et de Compostelle**, où vous pouvez vous arrêter pour observer le métier ancestral de pêcheur de coquillages à l'épuisette « Marisqueo con Raño », et la récolte de la célèbre palourde de Carril. Continuez dans le port de passagers et le **parc de Cavadelo**, à côté du marché qui a lieu chaque mardi et samedi. Vous arriverez sur la place du marché, où vous trouverez une grande diversité de poissons et de fruits de mer de la Ría.

12h00 À proximité se trouve l'office du tourisme, où vous pouvez réserver une excursion à Vilagarcía et ses environs à bord du train touristique.

14h00 Un bon moment pour profiter de la délicieuse gastronomie de Vilagarcía de Arousa.

16h00 Des visites guidées sont organisées au **Pazo de la Marquesa de Rubiáns**, du XVIII^e siècle, une option complémentaire pour continuer notre chemin. Vers la **promenade de Vilaxoán** se trouvent les vestiges archéologiques de **Castro Alobre**, situés dans ce qui fait aujourd'hui partie du parc Montño, où vous pourrez faire une agréable promenade sous le « parasol » d'une abondante végétation indigène.

18h00 Un autre lieu d'intérêt est le **couvent de Santa Rita**, du XVI^e siècle, où un pèlerinage est organisé le 22 mai, mêlant actes religieux et festivités populaires. À côté du couvent se trouve le

parc A Xunqueira et le centre commercial Arousa.

19h00 Pour reprendre des forces, dans les différentes rues piétonnes du centre de Vilagarcía, vous aurez le choix parmi une large offre gastronomique et commerciale. Vous pourrez compléter cette offre par des visites et des dégustations dans les vignobles voisins.

Vous ne pouvez pas manquer les vues magnifiques depuis notre centre.

20h00 S'il vous reste de la force et de la motivation, vous pourrez vous perdre dans la vie nocturne de Pontevedra, avec de nombreux bars et restaurants disséminés dans la vieille ville.



Les endroits à ne pas manquer !

A Illa de Arousa. Classée réserve naturelle par l'Union européenne, elle compte de nombreuses plages et le parc naturel de Carreirón. À 14,4 km de la clinique et à 18 min en voiture.

Cambados. Un site historique sculpté dans le granit, considéré comme l'une des destinations touristiques les plus belles, admirées et intéressantes de Galice. Complétez votre offre touristique avec la route des vins de Rías Baixas. À 13,7 km de la clinique et à 18 min en voiture.

Caldas de Reis. Ville thermale de Galice, où l'on trouve plusieurs stations thermales et la route de l'eau, qui dure environ deux heures. À 15 km de la clinique et à 15 min en voiture.

Découvrez notre gastronomie

Le principal attrait de la gastronomie de Vilagarcía, et de la gastronomie galicienne en général, est sa variété, à tel point que nous ne pourrions pas dire quel est le plat typique de la région. Mais s'il y a une chose qu'ils ont tous en commun, c'est la façon dont ils sont cuisinés : familiale, traditionnelle, artisanale, lente, abondante, variée et, surtout, faite avec beaucoup d'amour.

Quoi qu'il en soit, si vous êtes à Vilagarcía, vous ne pouvez pas partir sans avoir goûté à ces plats typiques de la région : poulpe à *feira*, piments de padrón, moules à la vapeur, tourte, *filloas* (crêpes galiciennes), accompagnés d'un verre de vin albariño parfumé et rafraîchissant.

Contactez-nous :

Centre de dialyse de Villagarcía
C/ Rosalía de Castro, 117
36600 VILLAGARCIA DE AROSA (Pontevedra)
Tél. : 00 34 986 50 76 71
diagal@diaverum.com

Comment s'y rendre

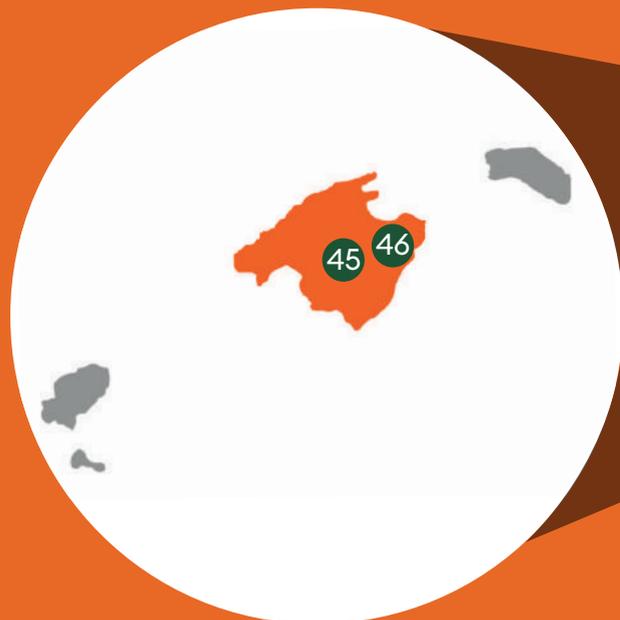
En avion jusqu'à l'aéroport de Saint-Jacques-de-Compostelle et transfert en voiture (53 km). En avion, aéroport de Vigo et transfert en voiture (60 km).

Gare de Vilagarcía de Arousa.

Via l'A-6 puis l'AP-9.

Emplacement de la clinique : elle est située en bord de mer. 1,2 km de la gare ferroviaire et 1,5 km de la gare routière.

Palma de Majorque



Un bel archipel de cinq îles et de plusieurs îlots. Il offre un climat doux avec plus de 300 jours de soleil par an, ses magnifiques paysages et plages, son offre culturelle étendue, ses possibilités de loisirs et de détente et l'hospitalité de ses habitants en ont fait un lieu cosmopolite visité du monde entier, aussi bien pour y passer des vacances que pour y rester pour toujours.

Il n'est pas surprenant que sa capitale, Palma de Majorque, soit l'une des plus visitées d'Espagne. Les îles Baléares surprennent et fascinent ; chaque île, avec sa propre personnalité autochtone, est différente des autres, et elles ont toutes en commun le fait qu'il est difficile de les quitter sans avoir envie d'y revenir encore et encore.

Îles Baléares



Palma de Majorque

Îles Baléares

La magnifique île de Majorque se trouve au large des côtes du Levant, dans la mer Méditerranée. Avec les îles de Formentera, Ibiza, Cabrera et Minorque, elle fait partie de l'archipel des Baléares, dont la superficie est de 5 000 km² et le littoral de 1 239 km². Palma est la capitale de l'île de Majorque.

Le climat de Majorque est doux et tempéré, les oscillations ne sont pas très variables. Au printemps, la température moyenne est de 19,5°, en été, elle est de 27°, en automne, elle est de 20,5° et en hiver, la température moyenne est de 15°.

La variété et la beauté de ses paysages, tels que les montagnes et les côtes entourées d'eaux cristallines paradisiaques et calmes de sable fin, le grand intérêt historique et culturel, ses habitants, ses coutumes, sa gastronomie typique et son climat agréable font de Majorque une grande attraction touristique dans le monde entier. Beaucoup l'ont appelée « le centre du tourisme mondial », ce n'est pas en vain que l'île de Majorque est devenue la principale et la plus importante destination touristique d'Espagne.

Une promenade culturelle à Majorque ?

9h00 Commencez votre promenade le long du front de mer et prenez votre petit déjeuner en contemplant la mer.

10h30 Visite de la vieille ville de Palma de Majorque.

11h00 Visite de la vieille ville de Palma de Majorque.

13h00 Flânez sur la Plaza Mayor (ou grand-place), dans ses rues commerçantes populaires, où vous pourrez déguster la gastronomie typique ou acheter un souvenir.

14h15 Déjeuner dans l'un des magnifiques restaurants situés près de la Plaza Mayor (grand-place).

16h30 Visite du musée d'art contemporain espagnol Fundación March, installé dans un beau bâtiment avec une cour traditionnelle majorquine. **Une autre option dans l'après-midi**

est de faire une promenade dans le quartier de la Lonja et de s'évader dans ses rues étroites, pleines de restaurants.

18h00 Ascension et visite du château de Bellver.

21h00 Dans ce même château, vous pouvez profiter des meilleurs couchers de soleil.



Cathédrale-Basilique de Santa Maria de Majorque



Découvrez notre gastronomie

La gastronomie de Majorque est l'ensemble des recettes et des ingrédients typiques de la région. L'île est divisée en trois parties : la chaîne de montagnes Tramontana, la chaîne de montagnes Levante et la plaine entre les deux. La culture de légumes et de céréales et l'élevage de porcs dans l'intérieur sont complétés par la pêche côtière. D'où la diversité des plats typiques, des charcuteries et, bien sûr, de l'ensaimada (viennoiserie). Entre autres délices, voici les incontournables : soubressade, coca de trampó (tarte salée aux légumes), cochon de lait rôti à la majorquine, tumbet (sorte de ratatouille), soupe majorquine et, bien sûr, arrós brut (riz majorquin).

Comment s'y rendre

En avion jusqu'à l'aéroport de Palma de Majorque, et transfert en voiture jusqu'à la clinique de Palma, de 8,8 km (11 minutes).

Par le ferry, du port de Barcelone, Valence et Alicante au port de Palma de Majorque, et transfert en voiture à la clinique de Palma de 5 km (11 minutes).

Emplacement de la clinique : La clinique Palma se trouve à 350 mètres de la plage et à 1,6 km de la cathédrale de Palma.

Contactez-nous :

Centre de dialyse Diaverum Palma
C/Josep Rover Motta, 5
07006 PALMA
Tél. : 00 34 871 900 574
palma@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Inca
Avenida Rei Jaume II, 25
07300 INCA (Majorque)
Tél. : 00 34 871 900 695
inca@diaverum.com

Les endroits à ne pas manquer !

Le quartier juif de Palma. « Call » en majorquin, est l'un des endroits les plus fascinants de la ville en raison de l'histoire qu'elle conserve dans ses rues.

Le quartier de Santa Catalina est un ancien quartier de pêcheurs aux façades blanches et aux volets colorés, avec une offre culturelle étendue, certains des meilleurs restaurants de la ville et le populaire « marché de Santa Catalina ».

Les grottes du Drach. Situées dans le village de Porto Cristo, ces grottes constituent l'une des principales attractions touristiques. Avec un développement horizontal d'environ 1 200 m de longueur et de profondeur, les grottes cachent un grand lac souterrain, le lac Martel, l'un des plus grands lacs souterrains du monde.

Madrid



Madrid

Madrid, la capitale de l'Espagne. Ses boulevards élégants et ses grands parcs bien entretenus, comme le Buen Retiro. Elle est célèbre pour ses riches collections d'art européen, avec des œuvres de Goya, Velázquez et d'autres maîtres espagnols au musée du Prado. Le cœur du vieux Madrid des Habsbourg est la Plaza Mayor (grand-place), bordée de portiques, et à proximité se trouvent le palais royal et l'armurerie royale, qui présente des arsenaux historiques.



Palais royal

Madrid

Province de Madrid



Parc El Retiro

Madrid, la capitale de l'Espagne, est une ville cosmopolite qui combine les infrastructures les plus modernes et son statut de centre économique, financier et administratif avec un immense patrimoine culturel et artistique, héritage de siècles d'histoire fascinante.

Vous pourrez visiter certains des musées les plus réputés au monde, comme le Prado, le Reina Sofía ou le Thyssen, mais aussi profiter des meilleurs spectacles du pays dans la zone de loisirs de Gran Vía ou vous rendre dans les stades des meilleures équipes, comme le Santiago Bernabéu ou le Wanda Metropolitano.

Une promenade culturelle à Madrid ?

10h00 Commencez votre parcours en traversant le **parc du Retiro**, le poumon vert de Madrid. Ses origines remontent au XVII^e siècle, lorsque Philippe IV a ordonné sa construction pour en faire un lieu de loisirs et de repos pour la famille royale.

11h00 Vous quitterez le parc par la **place de la Independencia**, où se trouve la **porte d'Alcalá** l'un des monuments les plus représentatifs de la ville. La porte d'Alcalá est l'une des cinq portes qui donnaient accès à la ville de Madrid. Depuis la porte d'Alcalá, vous pouvez voir la fontaine de la déesse Cybèle, une autre des icônes de la ville. Une partie de sa renommée est due au fait que c'est le lieu choisi par le Real Madrid pour célébrer ses triomphes avec ses fans. En face de la déesse se trouve le **palais des télécommunications**, siège actuel de la **mairie de Madrid**. Prenez la rue

d'Alcalá pour aller à la **Puerta del Sol**, le centre de la capitale et le kilomètre 0 des routes espagnoles. C'est aussi le lieu le plus populaire de la ville, car chaque 31 décembre, les caméras de télévision sont braquées sur sa célèbre horloge pendant les 12 coups de minuit.

12h00 Continuez à marcher vers le **Plaza Mayor** (grand-place) pour entrer dans ce que l'on appelle le Madrid de los Austrias, une zone pleine de rues étroites où l'on trouve des palais, des églises et des couvents du Siècle d'or, lorsque la ville est devenue la capitale de l'empire au XVIII^e siècle et qui est aujourd'hui le siège du gouvernement de la Communauté de Madrid.

14h15 Dégustez les tapas de Madrid dans les bars près de la Plaza Mayor ou grand-place.

17h00 À proximité se trouve la **cathédrale de l'Almudena**, l'église principale de la ville, dédiée à sa sainte patronne, où se sont mariés le roi et la reine

d'Espagne actuels. À côté de la cathédrale se trouve l'imposant palais royal, en face du **théâtre royal**, déclaré monument national.

18h00 Continuez votre promenade pour atteindre l'une des artères principales de la ville : la **Gran Vía**. Connue pour son activité bouillonnante et pour avoir de nombreux théâtres et spectacles musicaux. Au bout de la Gran Vía, vous arriverez à la **place d'Espagne**, une des plus grandes places de Madrid. Au centre se trouvent des statues dédiées à Don Quichotte et à son fidèle écuyer, Sancho Panza.

20h00 Le **temple de Debod** est un endroit idéal pour terminer la journée. Un monument égyptien dédié aux dieux Amon et Isis, vieux de plus de deux mille ans, d'où l'on peut profiter d'une vue magnifique sur la ville.

Comment s'y rendre

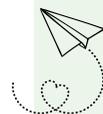
En avion jusqu'à l'aéroport Adolfo Suárez - Madrid Barajas et transfert en voiture (13,9 km).

En train, gares d'Atocha et de Chamartín.

En bus, stations Madrid Estación Sur, Madrid Moncloa et Avenida de América

A-1, A-3, A-4 et A-6.

Emplacement de la clinique : à 1,2 km de la célèbre place de Castilla et à 9,4 km de la Puerta del Sol.



Les endroits à ne pas manquer !

Madrid possède bien d'autres attractions que celles mentionnées ci-dessus. Si votre séjour coïncide avec un dimanche, par exemple, le matin, il est conseillé de se promener au **marché aux puces de Madrid** et de terminer par un apéritif et des tapas dans le célèbre **quartier de La Latina**. Si vous avez plus de temps, vous pouvez faire une excursion dans certaines des villes voisines très intéressantes, comme **Alcalá de Henares, El Escorial ou Aranjuez**.

Découvrez notre gastronomie

Madrid, la capitale de l'Espagne, est également connue pour des plats emblématiques de la gastronomie espagnole tels que le *cocido madrileño* (ragoût madrilène) et les *callos a la madrileña* (tripes).

La gastronomie madrilène est une fusion de plats d'autres régions de la péninsule adaptés à la capitale. Elle est influencée par la cuisine de La Mancha et la cuisine d'Al-Andalus. En outre, elle intègre des ingrédients provenant des colonies tels que le chocolat et le café, entre autres. Ses plats les plus représentatifs sont : *cocido madrileño*, *callos a la madrileña*, soupe à l'ail, dorade à la madrilène, sandwich aux calamars, gallinejas (entrailles d'agneau), *huevos estrellados* (œufs sur le plat accompagnés de frites ou de jambon). Ne manquez pas leurs churros et leurs différentes sortes de beignets - *tontas, listas* et de Santa Clara.



Cathédrale de Santa María la Real de la Almudena

Contactez-nous :

Centre de dialyse Diaverum Madrid
Avenida de Asturias, 69
28029 MADRID
Tél. : 00 34 911 713 703
madrid@diaverum.com



Caravaca de la Cruz



Région de Murcie

Cette communauté est sans doute un paradis. Baignée par la Costa Cálida, elle possède de grands paysages, de mer ou de montagne, d'intérieur ou d'extérieur, qui surprennent depuis des années les habitants et les étrangers. Son climat extraordinaire, avec plus de 300 jours de soleil par an, la diversité de ses paysages, sa gastronomie vaste et variée et son mélange d'histoire et de culture ont fait de ce site méditerranéen un centre pour d'innombrables touristes, espagnols ou étrangers, qui cherchent à découvrir une terre qui a tant à offrir et à raconter.



Théâtre romain de Carthagène

Caravaca de la Cruz

Province de Murcie

Caravaca de la Cruz est une ville située dans une enclave frontalière entre Murcie et Grenade. Une ville traversée successivement par les Ibères, les Romains et les Musulmans et qui s'articule autour de son château, érigé au XV^e siècle par l'Ordre des Templiers. Mais Caravaca est essentiellement la ville sainte, la ville de la Croix qui porte son nom. Selon la légende, en 1232, le roi maure Abu Zeid s'est converti au christianisme lorsqu'il a vu deux anges descendre une croix du ciel pour qu'un prêtre emprisonné dans le château puisse dire la messe. Cette légende a donné lieu à la construction, à partir de 1617 et au sein même de la forteresse, du principal monument de cette ville du nord-ouest de la région de Murcie, le sanctuaire de la Vera Cruz. Une construction dans laquelle se détache sa luxueuse façade en marbre rouge de Cehegín, dans laquelle toute une exaltation de la Sainte Croix est faite.

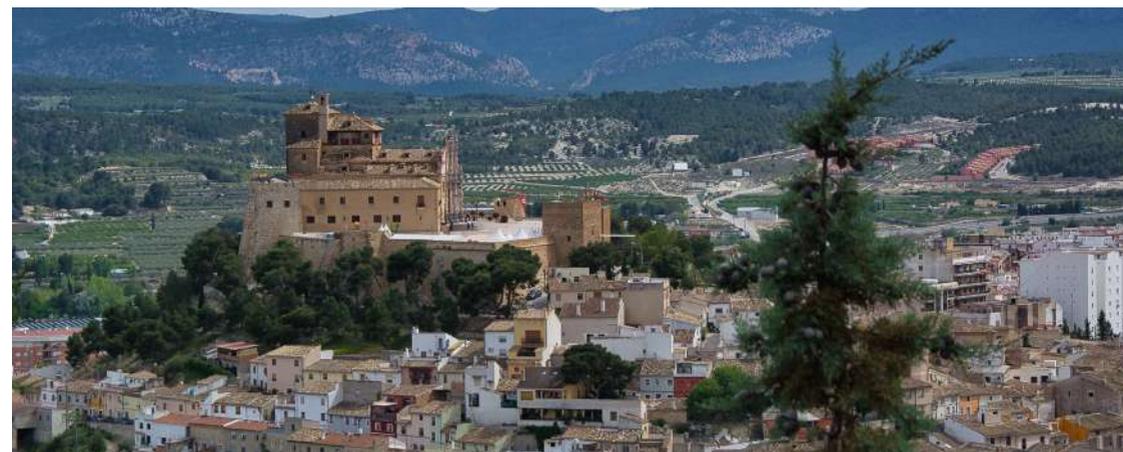
Une promenade culturelle à Caravaca de la Cruz ?

10h00 Cette ville possède un très beau centre historique qui vaut la peine d'être parcouru, avec ses origines médiévales et ses rues étroites et irrégulières. Elle n'est pas trop grande, vous pouvez donc facilement faire la visite en une journée. La nourriture est excellente et il y a une bonne ambiance. En vous promenant dans la ville, vous découvrirez de nombreux endroits tels que : l'église du couvent de Santa Clara, la Casa de la Tercia, la Casa de Encomienda, le couvent de Santa Clara, la rue Mayor, la place de l'Arco, **la basilique de la Vera Cruz**, la maison-musée des Caballos del Vino (fête locale), l'église de San José, l'église paroissiale de Salvador, le kiosque ou le site naturel de Fuentes del Marqués.

Vous pouvez commencer votre visite de Caravaca de la Cruz par la basilique de la Vera Cruz et, de là, descendre jusqu'à la **rue Mayor**, la rue la plus importante de la ville, en passant d'abord par la **place de l'Arco**.

Découvrez notre gastronomie

La gastronomie de Caravaca de la Cruz est liée aux produits agricoles et d'élevage de la région. Ainsi, la tourte à l'agneau, les *migas*, les plats de riz dans toutes leurs variétés, avec du lapin, du poulet ou des pois chiches, sont des menus très populaires dans cette région.



Les endroits à ne pas manquer !

Le musée de la Vera Cruz. Il présente l'histoire et les traditions chrétiennes de la Santa Vera Cruz de Caravaca, à travers des collections de peintures, d'orfèvrerie et d'art sacré.

Le monument aux Caballos del vino. Il a été offert à la ville de Caravaca de la Cruz par Teodoro García Trabadelo et inauguré le 29 avril 2007.

Hôtel de ville de Caravaca de la Cruz.

Église de Salvador.

Maison-musée des Caballos del Vino.

Si vous avez plus de temps, il est intéressant d'explorer **la voie verte du Nord-Ouest**. La voie a été construite sur le site de l'ancienne ligne de chemin de fer entre Murcie et Caravaca de la Cruz, et le long de son parcours, on peut voir trois espaces naturels, inclus dans le Réseau naturel 2000 et des lieux classés comme sites d'intérêt culturel. Elle est longue de 78 km et traverse neuf municipalités de la région de Murcie.

Comment s'y rendre

Par avion jusqu'à l'aéroport d'Alicante et de là, transfert en voiture (140 km).

Gare routière de Caravaca de la Cruz (800 m).

Par la route, sur la RM-15.

Emplacement de la clinique : La clinique est située dans le centre-ville.



Contactez-nous :

Centre de dialyse Diaverum de Caravaca
C/ Diego Cortes, 1
30400 CARAVACA DE LA CRUZ (Murcie)
Tél. : 00 34 968 785 400
caravaca@diaverum.com



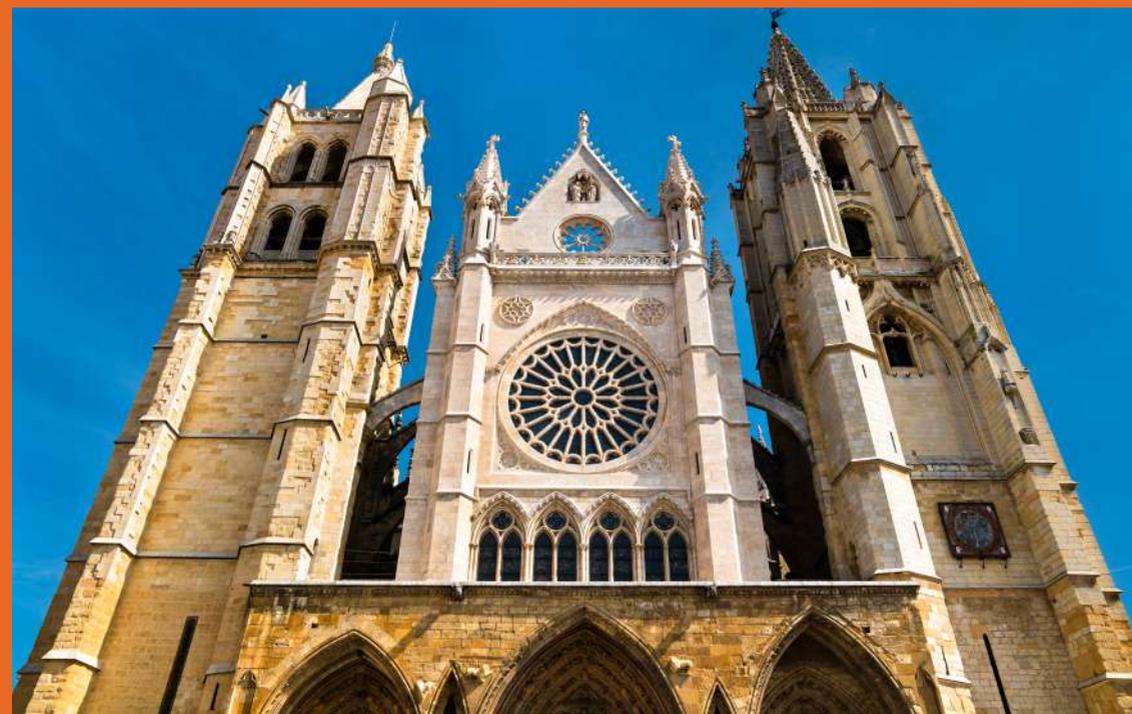
Ponferrada



Castille-et-Léon

La Castille-et-Léon est un paradis parfait pour le tourisme. L'une des destinations choisies pour sa grande diversité naturelle en Espagne, où l'on trouve des monuments spectaculaires, la gastronomie la plus complète et la plus exquise, des itinéraires naturels, mais aussi des itinéraires urbains et, bien sûr, la gentillesse des habitants qui accueillent les touristes à bras ouverts.

Elle se distingue par ses trois villes classées **au patrimoine mondial**, Ávila, Ségovie et Salamanque. C'est également le cas du chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle, qui traverse d'est en ouest trois de ses provinces, Burgos, Palencia et León. Les sites d'Atapuerca (Burgos), le site archéologique d'art rupestre de Siega verde (Salamanque), la cathédrale de Burgos et les Médulas (León) sont les autres sites reconnus par l'**UNESCO** pour leur grande valeur culturelle, naturelle et historique.



Cathédrale de León

Ponferrada

Province de León



Château de Ponferrada

Ponferrada est la capitale de la région d'El Bierzo, province de León, célèbre pour son patrimoine historique et ses incroyables paysages montagneux.

Parmi les activités à faire à Ponferrada et dans toute la région d'El Bierzo, la gastronomie occupe l'une des places les plus importantes. Elle possède plusieurs appellations d'origine et marques de qualité telles que les vins du Bierzo, les pommes Reineta, les châtaignes et le *botillo* (charcuterie à base de porc).

Ponferrada est une ville incontournable d'un point de vue touristique si nous visitons la province de León, étant une étape importante sur le chemin de Compostelle, et avec un large éventail d'offres culturelles et gastronomiques.

Une promenade culturelle à Ponferrada ?

Votre journée à Ponferrada peut commencer au château Templario, passez un peu de temps à découvrir son histoire. Pour découvrir l'importance de l'Ordre du Temple, nous vous recommandons un itinéraire à travers les châteaux d'El Bierzo.

Dans les environs du château, vous trouverez de nombreux bars et cafés où vous pourrez faire un « arrêt technique » avant de continuer à découvrir tout ce que Ponferrada a à offrir. Installez-vous sur la terrasse de la place Virgen de la Encina, à côté de la basilique du même nom.

Faites une promenade dans la célèbre rue du Reloj et ses alentours. La tour de l'Horloge est située au sommet de l'une des portes de la muraille médiévale, qui est aussi la seule à avoir survécu. Les tapas et les vins sont incontournables à Ponferrada. Dans les rues étroites de la vieille ville, sur la place de la Encina et sur la place de l'hôtel de ville, vous trouverez de nombreux bars et restaurants.



Château de Ponferrada

Comment s'y rendre

En avion jusqu'à l'aéroport de León et transfert à Ponferrada (104 km).

Gare routière de Ponferrada (1,8 km).

Par la route, sur l'A-6.

Emplacement de la clinique : la clinique est située à 1 km du centre historique de Ponferrada.



Les endroits à ne pas manquer !

La province de León possède l'une des principales attractions naturelles et touristiques de l'ensemble des monts Cantabriques : le **parc national des Pics d'Europe**, partagée avec la Cantabrie et les Asturies. La route des Cares ou le Naranco de Bulnes offrent certains des paysages les plus spectaculaires des Pics d'Europe.

Las Médulas. Classées au patrimoine mondial, elles constituent un paysage unique de terre rougeâtre qui rappelle l'exploitation aurifère menée dans la région par les Romains à partir du 1^{er} siècle avant J.-C.

Découvrez notre gastronomie

Capitale d'El Bierzo, Ponferrada est une magnifique vitrine pour les principales recettes de la région. Le *botillo*, une saucisse de porc marinée et fumée, servie avec des *cachelos* (pommes de terre bouillies) et des légumes. Ce plat doit être accompagné de vins du Bierzo, qui ont leur propre appellation d'origine.

L'influence de la cuisine galicienne fait qu'en plus de la cuisine locale, des spécialités telles que le poulpe et la morue font partie de ses plats typiques.



Basilique de la Virgen de La Encina

Contactez-nous :

**Centre de dialyse
Diaverum Ponferrada**
Travesía de Brasil, 1
24401 PONFERRADA (León)
Tél. : 00 34 987 088 088
ponferrada@diaverum.com

Qui est Diaverum ?

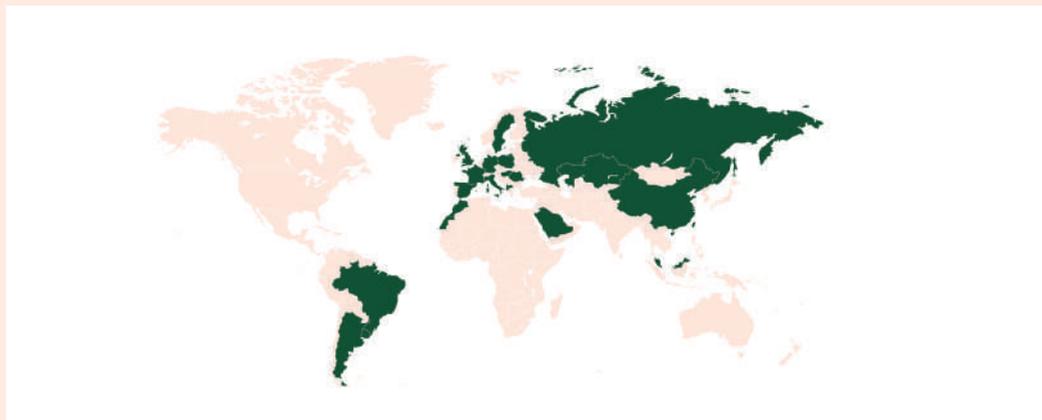
Le premier fournisseur indépendant d'Europe

Diaverum fournit des soins rénaux axés sur l'amélioration de la qualité de vie des patients atteints d'insuffisance rénale chronique (IRC).

Sans liens avec des entreprises de produits, nous pouvons nous concentrer sur ce qui est le plus important, les soins aux patients, en choisissant le fournisseur qui offre la meilleure et la plus haute technologie. Nous assurons l'efficacité et la transparence de notre gestion.

Notre vision est de transformer les soins rénaux et de fournir des soins de la plus haute qualité aux patients.

Présence internationale



441

Cliniques



38 000

Patients



13 000

Professionnels de santé



24

Pays

Focus sur le traitement rénal

Nous nous concentrons sur l'hémodialyse, et nous offrons globalement un portefeuille de services allant des soins préventifs, de la dialyse péritonéale et des soins à domicile à la coordination d'équipes pour traiter les différentes comorbidités des patients et aux services de transplantation (HD uniquement disponible en Espagne).

Nous travaillons en coordination avec les services de néphrologie des hôpitaux de référence pour répondre aux besoins individuels des patients et les aider à mieux comprendre leur maladie.

En Espagne, Diaverum dispose de 47 cliniques ouvertes à tous les patients temporaires qui souhaitent recevoir leur traitement de dialyse régulier chez nous.

Présence nationale



8

Régions



47

Cliniques



1 100

Professionnels de santé



4 300

Patients

Ambiance chaleureuse et accueillante

Un patient hémodialysé passe en moyenne plus de quatre heures, au moins trois fois par semaine, dans nos unités pour recevoir son traitement d'hémodialyse.

Pour Diaverum, il est essentiel que les patients reçoivent un traitement d'excellente qualité médicale, mais aussi qu'ils aient le sentiment d'être dans un environnement non hospitalier.

Nous disposons de 47 centres de dialyse en Espagne, de tailles et de capacités différentes, en fonction des besoins des zones où ils sont situés et des patients qui y sont traités. Ils disposent généralement de 15 à 30 postes d'hémodialyse.

Ils sont également conçus pour accueillir des patients qui n'y sont pas normalement traités, en prévision d'éventuels cas urgents ou d'urgences provenant de l'hôpital, ou des patients temporaires (dans ces cas, la demande de place doit être faite auprès du centre de dialyse suffisamment à l'avance pour que, d'une part, le centre puisse confirmer sa disponibilité pour le traitement et, d'autre part, le patient puisse se conformer aux exigences demandées, en temps et en heure).



Un personnel hautement qualifié et formé

Notre objectif est de fournir des soins rénaux avec un haut degré d'excellence médicale à tous les patients traités dans l'une de nos cliniques, où qu'elle soit située, et cela n'est possible que grâce au professionnalisme et à la compétence de notre personnel. Des personnes qui se sentent concernées et qui veulent faire la différence.

La présence internationale de Diaverum et notre réseau de cliniques offrent à notre personnel de grandes possibilités de croissance et de développement professionnels. Notre expérience de plus de 25 ans dans le domaine de l'hémodialyse, ainsi que nos professionnels hautement formés, qualifiés et engagés, nous permettent de nous positionner comme l'une des entreprises leaders dans le domaine des traitements de maladies rénales.

Les cliniques disposent d'équipes multidisciplinaires qui travaillent de manière coordonnée afin de fournir les meilleurs soins aux patients, avec les plus hautes normes de qualité médicale et un plan de soins individualisé pour chaque patient.



Qu'est-ce que le programme d.HOLIDAY ?

Le point commun de tous les patients dialysés qui voyagent est la nécessité de recevoir leur traitement régulier en dehors de chez eux.

C'est pourquoi Diaverum a mis en œuvre le programme d.HOLIDAY, un service destiné à tous les patients dialysés dans le monde.

Une initiative pionnière de Diaverum qui permet aux patients sous traitement de substitution rénale, quelle que soit leur origine, de vivre une expérience sans faille qui leur donne un accès facile aux soins de dialyse de Diaverum dans une autre ville ou un autre pays, ce qui leur permet de rendre visite à leur famille, de voyager pour le travail ou de partir en vacances.

Diaverum dispose de 441 centres de dialyse dans 24 pays sur quatre continents, ce qui nous permet d'offrir aux patients atteints d'une maladie rénale à la recherche d'un lieu où recevoir leur traitement, avec toutes les garanties nécessaires et des normes élevées de qualité médicale, de nombreuses options et localisations. Grâce à nos normes élevées de qualité médicale, les patients qui se rendent dans l'un de nos centres peuvent être sûrs de recevoir un traitement individualisé en fonction de leurs besoins, avec toutes les garanties médicales et une sécurité totale, quelle que soit la clinique où ils choisissent de se rendre.



Comme chez soi - L'approche Diaverum, étape par étape :

Avec notre aide, vous n'êtes qu'à quelques pas de profiter de vos vacances ou de votre voyage d'affaires. Votre clinique Diaverum se fera un plaisir de vous expliquer le processus.

Réserver votre place n'a jamais été aussi facile !



1 Demande du patient

Par e-mail, par fax ou via notre site web : <https://d.holiday/en> ou www.es.diaverum.com.

2 La clinique Diaverum fait une réservation provisoire

Une fois la demande de place effectuée, la Clinique Diaverum envoie un e-mail confirmant la réception de la demande et informe le demandeur de la disponibilité des places.

3 Échange de documents

Au moment de la réservation provisoire, la clinique Diaverum choisie demande tous les documents nécessaires, conformément aux exigences locales.

4 Confirmation finale du lieu

Une fois que le néphrologue du centre aura reçu et approuvé tous les documents requis, le demandeur recevra la confirmation définitive de la place de dialyse.

5 Arrivée du patient à la clinique Diaverum

Une fois arrivé à la clinique, le patient reçoit un dossier de bienvenue qui comprend : des informations générales sur l'unité et votre programme de dialyse, ainsi que des informations sur notre programme d.HOLIDAY.

6 Dernier jour de traitement

Le dernier jour du traitement, le patient a la possibilité de remplir un questionnaire de satisfaction. Il recevra également un rapport médical final, ainsi que des informations sur les vacances pour les occasions futures.

Ce que vous devez faire pour demander une dialyse pendant les vacances

Pour effectuer une demande de réservation provisoire dans l'un de nos centres, vous devez envoyer les informations suivantes à l'adresse électronique **vacaciones@diaverum.com** :

- Dates exactes du traitement
- Rapport médical complet et actualisé
- Demande d'informations sur le patient, signée par le médecin traitant (formulaire de réservation)
- Rapport de laboratoire avec la dernière sérologie disponible, y compris les 5 paramètres requis par notre unité : Hépatite B (HBs Ag), anticorps de l'hépatite B (HBs Ac et HbC Ac) et anticorps de l'hépatite C et du VIH
- Copie de la carte d'identité/passeport
- Copie de la carte de sécurité sociale (CEAM/EHIC/GHIC dans le cas de patients étrangers membres de l'UE)
- Certificat délivré par l'autorité sanitaire compétente attestant que le patient a reçu le cycle complet du vaccin COVID-19

Vous avez déjà votre réservation, nous vous demanderons les documents suivants

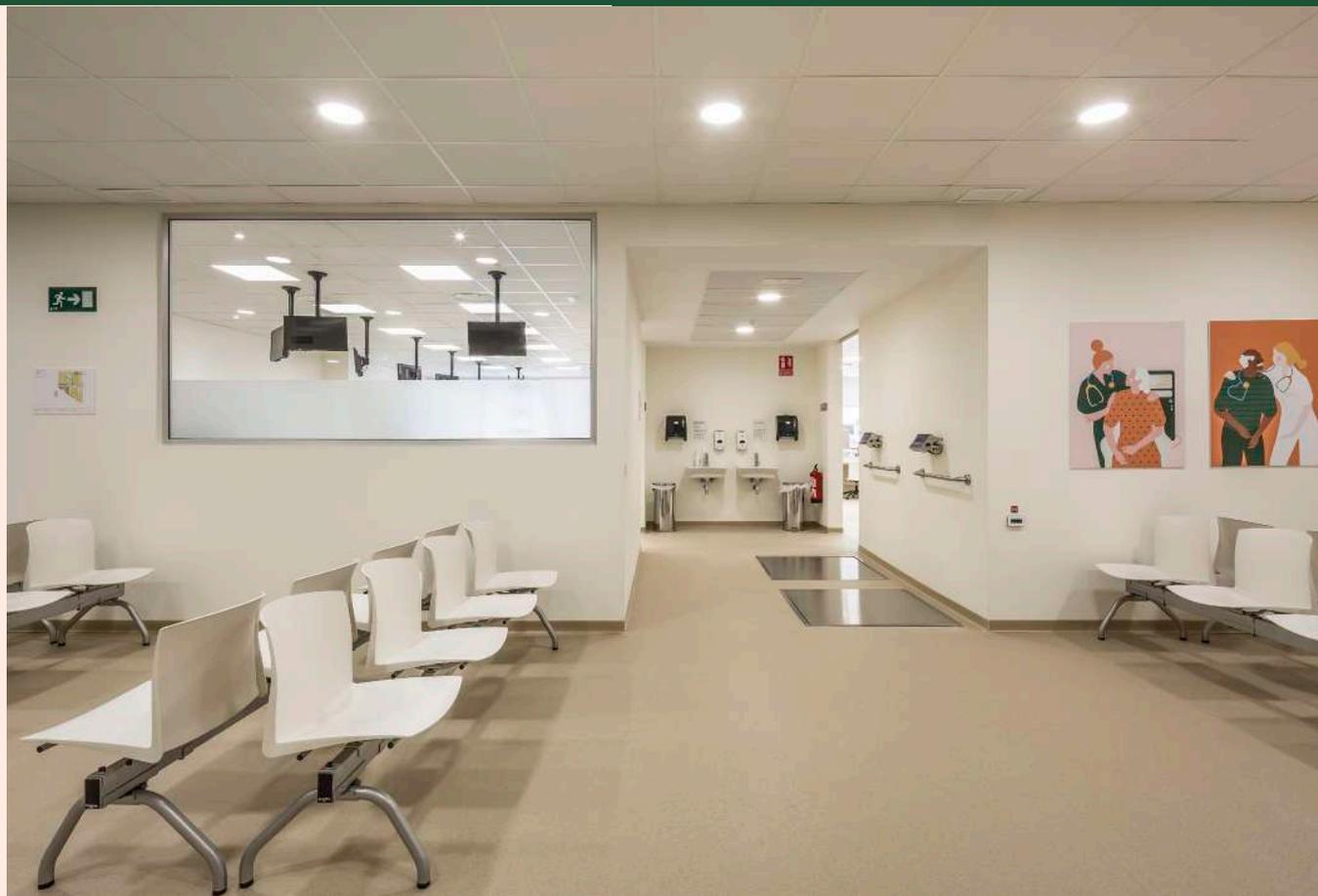
Pour la confirmation de votre rendez-vous et de votre heure de dialyse*, vous devez envoyer :

- Rapport médical complet et actualisé (si nécessaire)
- Les résultats de laboratoire de sérologie du patient datant de moins de 30 jours - doivent inclure l'antigène de l'hépatite B (HBs Ag), les anticorps de l'hépatite B (HBs Ac et HbC Ac) et les anticorps de l'hépatite C et du VIH (réalisés dans les 30 jours précédant immédiatement le premier traitement dans notre unité). Si le patient est HbC Ac positif (indépendamment du résultat Hbs Ac), la sérologie doit être complétée par une charge virale du virus de l'hépatite B (PCR)
- Formulaire d'évaluation épidémiologique datée de 7 jours au maximum avant la première dialyse dans notre centre
- Test PCR de 48/72 heures maximum avant le départ du patient
- Autorisation pour la dialyse (P10, SIFCO, EHIC, GHIC, ou autre)

*S'il y a des informations qui ne sont pas détaillées dans les points ci-dessus, la clinique vous en informera



Nos centres



ANDALOUSIE

Centre de dialyse d'Isla de la Cartuja

Stade olympique. Tour nord-est.
Rez-de-chaussée
41092 SANTIPONCE (Séville)
Tél. : 00 34 954 900 377
cartuja@diaverum.com

Centre de dialyse de Torremolinos

C/ La Cruz, 58
29620 TORREMOLINOS (Málaga)
Tél. : 00 34 952 374 869
torremolinos@diaverum.com

Centre de dialyse d'Estepona

Avenida Puerta del Mar, 54
29680 ESTEPONA (Málaga)
Tél. : 00 34 951 31 65 83
estepona@diaverum.com

Centre de dialyse de Malaga

C/ Ayala, 33
29002 MALAGA
Tél. : 00 34 952 365 780
malaga@diaverum.com

Centre de dialyse de Santa Catalina

C/ Juanito Valderrama, 2
23005 JAÉN
Tél. : 00 34 953 273 973
scatal@diaverum.com

Centre de dialyse d'Axarquía

Paseo Marítimo, 88
29740 TORREDELMAR (Malaga)
Tél. : 00 34 952 544 024
axarquia@diaverum.com

Centre de dialyse de Minas de Riotinto

Avenida Juan Ramón Jiménez, 4-6
21660 MINAS DE RIOTINTO (Huelva)
Tél. : 00 34 959 59 28 40
riotinto@diaverum.com

Centre de dialyse Costa de la Luz

C/ Lucena del Puerto, 9-11
21002 HUELVA
Tél. : 00 34 959 23 38 35
huelva@diaverum.com

Centre de dialyse de Playas de Cartaya

Pol. Industrial La Barca Parcela BU1
21450 CARTAYA (Huelva)
Tél. : 00 34 959 235 252
cartaya@diaverum.com

Centre de dialyse de Motril

C/ Río Duero, 11
18600 MOTRIL (Grenade)
Tél. : 00 34 958 608 525
motril@diaverum.com

GALICE

Centre de dialyse de Pontevedra

Avd. de Conde de Bugallal, 3,
36004 PONTEVEDRA
Tél. : +34 986 869 519
pontevedra@diaverum.com

Centre de dialyse de Villagarcía

C/ Rosalía de Castro, 117
36600 VILLAGARCIA DE AROUSA
(Pontevedra) Tél. : +34986507671E
villagarcia@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Santiago

C/ Castiñeiriño, 91
15702 SAINT-JACQUES-DE-COMPOSTELLE
Tél. : 00 34 981 562 199
santiago@diaverum.com

CATALOGNE

Centre de dialyse Emilio Rotellar

C/ Concepción Arenal, 151
08027 BARCELONE
Tél. : 00 34 933 116 011
rotellar@diaverum.com

Centro de Diálisis Virgen de Montserrat

C/Gran de Sant Andreu, 467
08030 BARCELONE
Tél. : 00 34 934 359 007
vmonts@diaverum.com

Centre de dialyse Baix Llobregat

Carrer dels Motors, 392
08902 L'Hospitalet de Llobregat
(Barcelone)
Tél. : 00 34 934 222 020
baix@diaverum.com

Centre de dialyse Nephros

C/Harmonia, 7
08035 BARCELONE
Tél. : 00 34 933 575 725
nephros@diaverum.com

Institut d'hémodialyse de Barcelone

C/ Arístides Maillol, 15
08028 BARCELONE
Tél. : 00 34 934 407 803
ihb@diaverum.com

COMMUNAUTÉ DE VALENCE

Centre de dialyse Gamapal

C/ Reina Violante, s/n Esq Padre
Barranco, 42
46015 VALENCE
Tél. : 00 34 963 406 560
gamapal@diaverum.com

Centre de dialyse Nefroclub

Avenida Primero de Mayo, 16
46017 VALENCE
Tél. : 00 34 963 787 419
nfclub@diaverum.com

Centre de dialyse Palau

C/ San Antonio María Claret, 135
08027 BARCELONE
Tél. : 00 34 936 241 396
palau@diaverum.com

Centre de dialyse de Mataró

Ronda Países Catalanes, 47 - 49
08304 MATARÓ (Barcelone)
Tél. : 00 34 937 414 576
mataro@diaverum.com

Institut médical de Badalona

C/ Font i Escolá, 24
08915 BADALONA (Barcelone)
Tél. : 00 34 93 383 42 07
badalona@diaverum.com

Centre de dialyse Maresme

C/ Marconi, 2
08397 PINEDA DE MAR (Barcelone)
Tél. : 00 34 937 672 576
maresme@diaverum.com

Centre de dialyse de Burjassot

C/ Sequía de Montcada, s/n
46100 BURJASSOT (Valence)
Tél. : 00 34 963 160 586
burjassot@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Sagunto

C/ Urani, 27
46520 PORT DE SAGUNT (Valence)
Tél. : 00 34 961 801 690
sagunto@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Alfafar

C/ Profesora Ana Rojo, 1
46910 ALFAFAR (Valence)
Tél. : 00 34 961 801 801
alfafar@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Gandía

C/ Jaume II, 51 - 55
46701 GANDÍA (Valence)
Tél. : 00 34 960 901 184
gandia@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Requena

Paraje Casablanca, s/n
46340 REQUENA (Valence)
Tél. : 00 34 962 304 352
requena@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Alicante

C/ Proción, 3
03006 ALICANTE
Tél. : 00 34 966 508 164
alicante@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum San Vicente

C/Sevilla, 5 (au coin de C/ Argentina, 12)
03690 SAN VICENTE DEL RASPEIG (Alicante)
Tél. : 00 34 965 357 657
sanvicente@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Elche

Avenida Jubalcoy, 36
03202 ELCHE (Alicante)
Tél. : 00 34 966 901 336
elche@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Orihuela

C/ Médico Temístocles Almagro, 30
03300 ORIHUELA (Alicante)
Tél. : 00 34 966 901 510
orihuela@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Castellón

C/ Puig, 10
12004 CASTELLÓN
Tél. : 00 34 964 233 773
cedicas@diaverum.com

Centre de dialyse Oropesa

C/ José Rivera Forner 94-96
12594 OROPESA DEL MAR (Castellón)
Tél. : 00 34 964 313 387
oropesa@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Vinaroz

Avenida Pablo Ruiz Picasso, 35
12500 VINAROS (Castellón)
Tél. : 00 34 964 402 034
cedivina@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Valence

C/ Alcàsser, 54
46014 VALENCE
Tél. : 00 34 960 905 195
valencia@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Catarroja

C/ Lluís Vives, 20
46470 CATARROJA (Valence)
Tél. : 00 34 960 905 207
catarroja@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Xirivella

C/ dels Corretgers, 68
46950 XIRIVELLA (Valence)
Tél. : 00 34 960 905 175
xirivella@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Paterna

C/ Vicente Cardona, 22
46980 PATERNA (Valence)
Tél. : 00 34 960 905 150
paterna@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Torrent

C/ Músic José Ortí Soriano, 25
46900 TORRENT (Valence)
Tél. : 00 34 960 905 137
torrent@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Llíria

C/Ausiàs March, 20
03202 LLIRIA (Valence)
Tél. : 00 34 960 905 162
lliria@diaverum.com

ÎLES BALÉARES

Centre de dialyse Diaverum Palma

C/Josep Rover Motta, 5
07006 PALMA
Tél. : 00 34 871 900 574
palma@diaverum.com

MADRID

Centre de dialyse Diaverum Madrid

Avenida de Asturias, 69
28029 MADRID
Tél. : 00 34 911 713 703
madrid@diaverum.com

LEÓN

Centre de dialyse Diaverum Ponferrada

Travesía de Brasil, 1
24401 PONFERRADA (León)
Tél. : 00 34 987 088 088
ponferrada@diaverum.com

Centre de dialyse Diaverum Inca

Avenida Rei Jaume II, 25
07300 INCA (Majorque)
Tél. : 00 34 871 900 695
inca@diaverum.com

MURCIE

Centre de dialyse Diaverum de Caravaca

C/ Diego Cortes, 1
30400 CARAVACA DE LA CRUZ (Murcie)
Tél. : 00 34 968 785 400
caravaca@diaverum.com

SIÈGE

Avenida de Burgos, 21 Planta 10
28036 Madrid
Tél. : 00 34 916 707 663
spain@diaverum.com

Soutien institutionnel



ADER, l'Association des personnes atteintes d'une maladie rénale de Catalogne, est le représentant indépendant des personnes atteintes d'insuffisance rénale chronique. ADER est une organisation privée, caritative, d'initiative sociale, fondée en 1976 et déclarée d'utilité publique en 1987. Depuis sa fondation en octobre 1976, de nombreuses personnes ont fait partie de notre groupe et toutes ont œuvré pour demander des améliorations des thérapies de substitution de l'insuffisance rénale, telles que l'hémodialyse, la dialyse péritonéale et la transplantation rénale. En définitive, de notre qualité de vie.



La Fédération Européenne des Patients Insuffisants Rénaux (EKPF) est une organisation qui œuvre à l'amélioration de la qualité de vie des patients atteints d'une maladie rénale chronique au niveau européen par le biais de ses organisations membres. Nous encourageons la recherche, la prévention et la détection précoce des maladies rénales. La base de nos activités est la santé et le bien-être des patients atteints d'insuffisance rénale chronique (IRC) et de leurs aidants



L'ALCER, Fédération nationale des associations de lutte contre les maladies rénales, a pour mission principale d'améliorer la qualité de vie des malades chroniques du rein sous tous ses aspects, en favorisant la prévention et la recherche sur les maladies rénales chroniques, ainsi que la sensibilisation au don d'organes en vue d'une transplantation. Elle est aujourd'hui la référence nationale en matière de défense des intérêts des malades du rein.



La Société espagnole de néphrologie (S.E.N.) a été fondée en 1964 en tant qu'association de spécialistes de la branche de la médecine qui traite du rein et de ses maladies. Le premier article de ses statuts inclut parmi ses objectifs celui de « stimuler et diffuser la recherche dans les domaines de la néphrologie clinique, de la dialyse, de la transplantation rénale, de l'hypertension artérielle ainsi que tous les sujets connexes », et dans son deuxième article l'esprit de « promouvoir les relations avec les autres sociétés régionales et étrangères ». Actuellement, la Société Espagnole de Néphrologie S.E.N., société ouverte au monde scientifique, est formée par plus de 2 600 membres, espagnols et étrangers, et a comme moyen d'expression officiel le Magazine « NEFROLOGIA ». *(Les opinions exprimées par les auteurs ne reflètent pas nécessairement la position de la S.E.N.)*



Fondée en 1976, la Société espagnole de soins infirmiers en néphrologie (SEDEN) est une institution scientifique à but non lucratif, qui rassemble actuellement environ 1 500 professionnels des soins infirmiers en néphrologie en Espagne. La contribution à l'intérêt général, au progrès scientifique et à la recherche pour améliorer la connaissance des maladies rénales font partie de ses principes et objectifs statutaires, ainsi que la formation continue des professionnels dédiés aux soins des patients atteints de maladie rénale et la diffusion de tous les aspects liés à cette maladie. Pour ce faire, la société espagnole de soins infirmiers en néphrologie collabore activement avec des entités tant publiques que privées, pour défendre les intérêts communs de ses membres et, en particulier, en promouvant les soins et l'amélioration de la qualité de vie des patients atteints de cette maladie.



La Société espagnole de dialyse et de transplantation (SEDYT) est une association scientifique fondée en 1978 qui réunit des spécialistes des maladies rénales et de leurs thérapies. Ses objectifs sont de stimuler et de diffuser la recherche dans les domaines de la néphrologie, des maladies rénales chroniques, de la dialyse dans ses différentes modalités, de l'aphérèse et de la transplantation rénale, ainsi que d'autres sujets connexes.

Diaverum Des soins rénaux qui améliorent la vie

Diaverum est l'un des principaux fournisseurs de services de soins rénaux qui améliorent la vie des patients atteints d'une maladie rénale chronique, leur permettant ainsi de vivre pleinement leur vie.

Notre vision consiste à transformer les soins rénaux en fournissant des soins de la plus haute qualité aux patients.

Nos valeurs sont la compétence, la passion et l'inspiration, en nous concentrant sur les personnes.

Nos équipes sont composées d'un personnel hautement qualifié et compétent, qui se sent concerné et veut faire la différence.

Si vous souhaitez en savoir plus sur Diaverum et son programme d.HOLIDAY, consultez notre site web :
www.es.diaverum.com
www.dialisisvacacional.es

Contactez-nous

holiday@diaverum.com

Diaverum Services Rénaux

Avenida de Burgos, 21 Planta 10
28036 Madrid
spain@diaverum.com