

KIROL ERREZETA PROGRAMA

Zer da KIROL ERREZETA programa?

KIROL ERREZETA programa, osasunerako jarduera eta ariketa fisikoa preskribatzeko programa bat da, tokiko osasun-sistema nazionalen osasuna eta prebentzioa sustatzeko estrategiaren barruan dagoena.

Programa honen bidez, lehen mailako arretako zentroetako medikuek eta erizainek kirol errezetak preskribatzen dizkiete arrisku kardiobaskularra edo bertzelako gaixotasunak dituzten pazienteei, eta Giltxaurdi Udal Kirol Instalaziora bidaltzen dituzte. Kirol instalazioan jarduera fisikoko profesionalak zenbait jarduera edo ariketa espezifikotara egokitzen dute diagnostiko medikoa. Horrela, kirola bermatzen da patologia jakin batuzen kontrako borrokan, farmakoen tresna osagarri gisa.

Zertan datza KIROL ERREZETA programa?

1. **Elkarrizketa:** Giltxaurdi udal kirol instalazioan, kirolean osasun programa zuzentzen duen profesionalaren eskutik.
2. **Kirol programa:**
10 hilabeteko iraupenarekin, kiroleko preofesionalek zuzenduta, astean 2-3 saio.
3. **Ebaluazioa:**
Pazientearen aurrerapena ebaluatzen da, eta bizimodu osasungarria eramateko aholkuak eta errutinak ematen zaizkio.

TARIFAK:

- Urteko abonatuak :2€ hilabetean
- Baztanen erroldatuak, ez abonatuak: 7€ hilabetean
- Ez erroldatuak eta ez abonatuak: 14€ hilabetean

INFORMAZIOA ESKATU ZURE OSASUN ETXEAN ETA GILTXAURDI UDAL KIROL INSTALAZIOAN.



Gorputza mugitu eta medikazioa gutxitu

