Sesiones presenciales y telemáticas de rehabilitación

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Escuela de salud, Enfermedades crónicas.

Descripción

Las sesiones del programa de rehabilitación ARPER se llevan a cabo en:

- El Pabellón de Deportes del Campus San Francisco de la Universidad de Zaragoza, los viernes, de 18 a 20, con excepción de los meses de julio y agosto.

- El Pabellón Universitario Río Isuela, del Campus de Huesca de la Universidad de Zaragoza, los miércoles de 16'00 a 18'00, con excepción de los meses de julio y agosto.

En
este programa de rehabilitación se aprenden y entrenan técnicas y
habilidades implicadas en la rehabilitación de las enfermedades crónicas:

- movilidad
  articular y control postural
- actividad
  física de tipo aeróbico
- tonificación
  y equilibrio
- alimentación
  e hidratación
-

habilidades
psicológicas: manejo del dolor, autorregulación emocional, manejo de las alteraciones del sueño, gestión del tiempo, etc.).

Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera (Personas afectadas por patologías crónicas)

Persona de contacto

Fernando Gimeno Marco (657694965) (fgimeno@cop.es)

Entidad participante/colaboradora/promotora

. ARPER. Universidad de Zaragoza: Servicio de Actividades Deportivas y Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte

Fecha de última actualización de la actividad

26/11/2025

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

NS/NC

Localización

Plaza San Francisco 1 50006 Zaragoza Zaragoza Zaragoza Aragón España
Calle Ronda de la Misericordia 9-17 22001 Huesca Huesca Huesca Aragón España



Página web del proyecto

https://www.asociacionarper.org/
https://www.facebook.com/asociacionarper