

Red adscrita CAT

Temas

Mujeres, Hombres, Personas mayores, Enfermedades crónicas, Actividad física.

Descripción

En què consisteix:

Tallers d'exercicis combinats amb respiracions toràciques i abdominals per pacients amb problemes respiratoris crònics i/o cardíacs.

Horari: dimecres de 10.30 a 12h. Durant 2 mesos (aprox).

Lloc: Casal Cívic

Objectius:

- Millorar l'agilitat del pacient amb dificultats respiratòries.
- Promoure l'activitat física.
- Millorar la qualitat de vida.
- Prevenir sobre-infeccions respiratòries.
- Educació sanitària
- Maneig de l'energia

Inscripcions: csalgado.lleida.ics@gencat.cat - Carme Salgado

Per més informació: al seu metge i/o infermera

Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera (Cal portar roba còmoda i tenir ganes d'aprendre, fer exercici i passar-s'ho bé.)

Persona de contacto

Carme Salgado (973310852) (csalgado.lleida.ics@gencat.cat)

Entidad participante/colaboradora/promotora

CAP TÀRREGA

Fecha de última actualización de la actividad

15/01/2024

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Calle Salvador Espriu S/N 25300 Tàrraga Tàrraga Lleida Cataluña España



Imagen de la Actividad



