# ADPLA

## Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

## Temas

Salud mental/Bienestar emocional, Enfermedades crónicas, Actividad física.

## Descripción

ADPLA desarrolla actividades y talleres
enfocados especialmente a personas afectadas, o familiares y población en general, para que conozcan más en profundidad esta patología, y su correcto tratamiento y cuidados.

La asociación tiene su sede en Zaragoza, aunque puntualmente nos desplazamos por todo Aragón para actividades. También atendemos telefónicamente o plataformas telemáticas. De esta forma, ponemos a disposición de personas afectadas y posibles afectados, herramientas adecuadas para potenciar la autonomía personal y el desarrollo de una vida saludable, mejorando su calidad de vida y evitando grandes discapacidades

Impulsamos:

- Información y asesoramiento a personas afectadas y familiares sobre la patología y sobre profesionales especializados.

- Actividades de rehabilitación: terapia
acuática y marcha nórdica, ambas, muy beneficiosas para enfermedades linfáticas.

- Talleres de autovendaje: para que los
y las pacientes puedan ser autónomos en sus cuidados y puedan aplicarse a sí mismos esta técnica de compresión, fundamental en el tratamiento.

- Charlas educativas: para que personas
afectadas y familiares comprendan e interioricen conceptos básicos de la enfermedad y nuevos hábitos.

- Actividades de difusión

## Contacto

ADPLA - 650835345 976379024-ext.6 - adplaragon@hotmail.com

## Fecha de última actualización del recurso

22/02/2023

## Situación actual del recurso

Activa

## Localización

Calle Honorio García Condoy 12 50007 Zaragoza Zaragoza Zaragoza Zaragoza Aragón España




## Página web del proyecto

http://www.adplaragon.org