Lezoko Kirol Orientazio Zerbitzua (KOZ).

Red adscrita Euskadi Aktiboa

Temas

Actividad física.

Descripción

Jarduera Fisikoaren Orientazio
Zerbitzu bat da, zerbitzu honek pertsona inaktiboak aktibatzea du helburu. Pertsonek zuzenean jo dezakete KOZ zerbitzuetara (Kirol Orientazio Zerbitzua) edo zerbitzuarekin elkarlanean aritzen den erakunderen batek bidera ditzake: osasun-zerbitzuak, gizarte-zerbitzuak, hezkuntza, kirol-zerbitzuak… KOZ zerbitzuak honako hauek ebaluatzen ditu: Profil pertsonala, egoera fisikoa eta osasun-egoera. Inaktibitatearen kausak. Datu horiek aintzat hartuta, dagokion pertsonaren ohiturak aldatzen saiatzen da ohiko jarduera fisikoa areagotzeko, jarduera egokienak gomendatzen ditu, eta dagokion pertsonarengandik hurbilen dauden baliabideekin harremanetan jartzen du (klubak, kiroldegiak, elkarteak, eta abar) eta dauden laguntzei buruzko informazioa ematen dio.

Bekoerrota Kiroldegian			
Astelehena Lunes	**Asteartea Martes**	**Asteazkena Miercoles**	**Ostirala Viernes**
9:00-12:00	**16:00-19:00**	**9:00-12:00**	**9:00-12:00**

Lezoko Osasun Zentroan
Osteguna Jueves
9:00-10:30

Orientatzailea Orientador

Unai Benedited.

muittueragin@lezo.eus; 663228031.

El objetivo de este servicio es prestar
ayuda a las personas inactivas para que se conviertan en activas, haciendo uso de la escucha activa para entender los determinantes que puedan influir en ese cambio de conducta.

Las personas pueden acudir
directamente a los KOZ (Kirol Orientazio Zerbitzua) o ser derivadas desde

alguna de las entidades colaboradoras con el servicio: servicios de salud, servicios sociales, educación, servicios deportivos…

El KOZ evalúa: El perfil personal,
situación física y de salud, causas de la inactividad. Con estos datos, trata de modificar los hábitos de la persona para incrementar la actividad física regular, recomienda las actividades más indicadas y pone en contacto a la persona con los recursos más cercanos (clubes, polideportivos, asociaciones, etc.) y le informa de las ayudas existentes.

Contacto

Arkaitz Angiozar Kirol teknikaria Unai Benedited Orientatzailea - 943 513 476 - kirola@lezo.eus

Fecha de última actualización del recurso

14/03/2019

Situación actual del recurso

Activa

Localización

Plaza Euskal Herria 2 20100 LEZO Bekoerrota kiroldegia Lezo Gipuzkoa Euskadi España
Plaza Lopene 4 20100 Lezo Lezoko Osasun zentrua Lezo Gipuzkoa Euskadi España

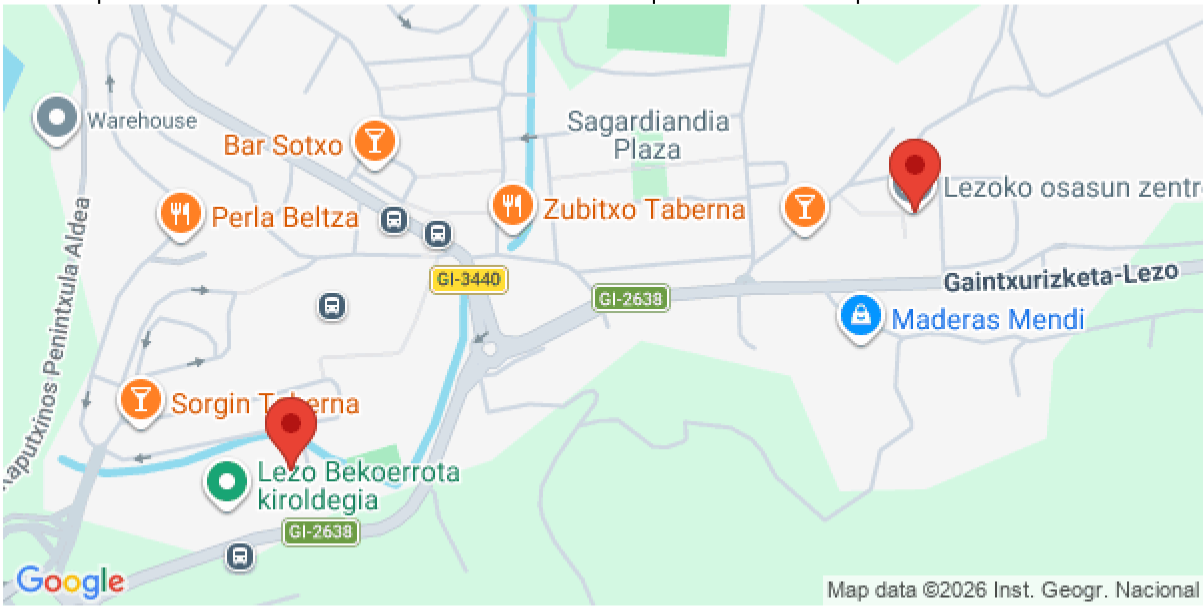

Imagen del Recurso