

KIROL OSASUNTUA / PROYECTO DE SALUD



2

UDAL KIROL PROGRAMA / PROGRAMA DEPORTIVO MUNICIPAL

KIROL ERREZETA / RECETA DEPORTIVA

KIROL OSASUNTUA udalerriko herritarren osasuna hobetzeko programa da, jarduera fisikoa eginez eta ariketa fisikoa egiteko mediku-aginduaren bidez. Osasun-langileek programan sartzeko profil egokia hautematen dute, eta Udaleko kirol-arlor a bideratzen dute.

El **PROGRAMA DE SALUD** se desarrolla para mejorar la salud de la ciudadanía del municipio a través de la práctica de la actividad física y mediante la prescripción médica de ejercicio físico. El personal sanitario detecta el perfil adecuado para acceder al programa y lo deriva al área de deportes del Ayuntamiento.

NORI ZUZENDUA / DIRIGIDO A:

- Diabetesa/ Diabetes
- HTA
- Dislipemia
- Sedentarismo/ Sedentarismoa
- Obesitatea / Obesidad

HELBURUAK / OBJETIVOS

- Pazienteen osasuna hobetzea, jarduera fisikoa eginez eta ariketa fisikoa egiteko agindu medikoaren bidez.
- Ariketa fisikoko eta osasuneko programekiko atxikimendua areagotzea.
- Mejorar la salud de los/as pacientes a través de la práctica de la actividad física y mediante la prescripción médica de ejercicio físico.
- Aumentar la adherencia a los programas de ejercicio físico y salud.

PROZEDIMENDUA / PROCEDIMIENTO

Osasun-zentroko osasun-langileek pazienteak baloratuko dituzte, eta ariketa fisikorik egin ohi ez badute eta patologia dituzten taldeetako bateko kide badira, txosten bat emango zaie. Txosten hori kirol-arlor a aurkeztu edo bidali beharko dute.

Urritik ekainera, astearte eta ostegun

10:30 - 12:00

16:30 - 18:00

18:00 - 19:30

El personal sanitario del centro de salud valorará a los/as pacientes y en caso de no realizar ejercicio físico de manera habitual y pertenecer a alguno de los grupos con patologías se les entregará un informe que deberán presentar o enviar al área de deportes.

De octubre a junio, martes y jueves

10:30 - 12:00

16:30 - 18:00

18:00 - 19:30



Zizur Nagusiko Udala
Ayuntamiento de Zizur Mayor



Gobierno
de Navarra



Nafarroako
Gobernua



Instituto Navarro del Deporte
Nafarroako Kirolaren Institutua



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



MINISTERIO
DE CULTURA
Y DEPORTE



Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia