



Facultad de Educación,  
Economía y Tecnología  
de Ceuta

## **Fisioterapia en casa**

Desde el Gabinete Psicopedagógico hemos realizado una guía para ayudaros a mejorar vuestra salud de espalda, higiene postural y algunos ejercicios de relajación. Sabemos que son muchos los días que llevamos bajo unas circunstancias extraordinarias, por eso queremos aportar nuestro granito de arena y haceros más llevadero el confinamiento, las clases on Line y los ya casi inminentes exámenes. A parte de este material, que tenéis disponible en el siguiente enlace <https://ve.ugr.es/noticias/fisioterapia-casa-tiempos-coronavirus>, recordaros que estamos a vuestra entera disposición de lunes a viernes para cualquier duda, inquietud, o simplemente desahogo.

Para ello podéis escribir a [gabpsicoceuta@ugr.es](mailto:gabpsicoceuta@ugr.es) o visitar nuestra página web para conocernos mejor [http://feetce.ugr.es/gabinete\\_psicopedagogico](http://feetce.ugr.es/gabinete_psicopedagogico).

Además podréis descargar materiales de técnicas de estudio, estrés frente a los exámenes y otros muchos en la web del Gabinete Psicopedagógico de Granada <https://ve.ugr.es/secretariados-y-unidades/orientacion>.