ATTIVITÀ FISICA ADATTATA

COS'E'

E' un programma di attività fisica adattata per specifiche alterazioni dello stato di salute, caratterizzata dalla partecipazione a gruppi di attività motoria, seguendo protocolli ASL3 Genovese. Non è un'attività sanitaria e prevede il pagamento di una tariffa minima stabilita a livello regionale (Delibera Regionale n° 400 del 5 Aprile 2013).

I DUE PROGRAMMI AFA

1. programmi "Alta Funzione" sono disegnati per persone che si rivolgono frequentemente al Sistema Sanitario Nazionale (MMG; Specialisti Ortopedici, Fisiatri, ecc.) per sindromi algiche croniche (esempio mal di schiena, mal di collo ecc.).

2. programmi "Bassa Funzione" sono disegnati per persone con esiti stabilizzati di eventi acuti (ad esempio fratture di femore, eventi cerebrovascolari, ecc.) con limitazioni della capacità motoria.

DOVE SVOLGERE L'ATTIVITA' FISICA ADATTATA

L'attività fisica adattata viene effettuata in vari punti autorizzati (quali palestre, sedi di circoli ricreativo-culturali, piscine, locali di uso pubblico ecc.) distribuiti sul territorio dei Comuni appartenenti alla ASL3 Genovese.
(vedi elenco su sito *www.asl3.liguria.it*)

Sig./Sig.ra .....**Data di nascita**.....

Diagnosi .....**Tel.**.....

Si prescrive Attività Fisica Adattata: ☐ Alta funzione ☐ Bassa funzione

Medico proponente:

☐ Medico Medicina Generale ☐ Medico Specialista

data *Timbro e firma*

MUOVITI, MUOVITI!!!

Distretto Socio Sanitario 9

promuove l'adozione di corretti stili di vita per favorire la Prevenzione e l'Invecchiamento Attivo con Gruppi di Attività Fisica Adattata, nell'ambito dell'Accordo di Partnership in collaborazione con:

Regione Liguria, Auser, Comuni, Coni, Associazioni sportivo-ricreative del Terzo Settore, Ente Ospedaliero Galliera, Università degli studi di Genova.

Chiedi al tuo Medico di fiducia (se lo ritiene opportuno) di compilare la scheda qui a fianco e portala presso lo Sportello Unico Distrettuale, in via Operai 80-Fiumara Sampierdarena; via Soliman 7, Sestri Ponente.

Verrai chiamato a una valutazione psicomotoria dai fisioterapisti Asl3 e potrai partecipare ai corsi, modulati e specifici per i tuoi bisogni, con quote stabilite a livello Regionale ed agevolazioni per i meno abbienti.

I corsi saranno tenuti da Laureati in Scienze Motorie presso le Associazioni Sportivo-ricreative di seguito elencate.