

ATTIVITÀ FISICA ADATTATA

COS'É

É un programma di attività fisica adattata a finalità preventiva e per specifiche alterazioni dello stato di salute che prevede la partecipazione da parte dei cittadini a gruppi di attività motoria presso Associazioni autorizzate da ASL3 Genovese.

I programmi AFA sono guidati da Laureati in Scienze motorie o Fisioterapia (a seguito di formazione in Azienda) sulla base di protocolli elaborati da ASL3 Genovese. L'attività AFA non è 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 indicati per persone che si rivolgono al Sistema Sanitario Nazionale (MMG, Specialisti Ortopedici, Fisiatri, ecc.) per Sindromi algiche croniche (esempio mal di schiena, mal di collo ecc.) e per la Prevenzione Primaria attraverso i percorsi di Screening per la popolazione (Cardio50) e per gli operatori di ASL3 Genovese (progetto W.H.P)

2. programmi "Bassa Funzione" sono indicati per persone con esiti stabilizzati di eventi acuti (ad esempio fratture di femore, eventi cerebrovascolari, ecc.) e per specifiche alterazioni stabilizzate del livello dello stato di salute a causa delle più importanti e comuni malattie croniche (Cardiovascolari, BPCO, Tumori, Diabete) con limitazioni medio-lievi della capacità motoria.

DOVE SVOLGERE L'ATTIVITÀ

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).



SEZIONE DA COMPILARSI A CURA DEL MEDICO

Sig./Sig.raData di nascita.....

DiagnosiTel.....

Si prescrive Attività Fisica Adattata: Alta funzione Bassa funzione

Medico proponente:

Medico Medicina Generale Medico Specialista

data

Timbro e firma

COME ADERIRE AL PROGRAMMA

Per aderire al programma è necessario consegnare questa informativa (scaricabile dal sito www.asl3.liguria.it), compilata dal Suo medico curante o dal medico specialista, allo Sportello Unico Distrettuale di ASL3 a Lei più comodo. Successivamente verrà effettuata una valutazione psicomotoria presso i Servizi di Fisioterapia Territoriale di ASL3 Genovese. Solo dopo tale valutazione si potrà accedere alle attività AFA presso l'associazione prescelta.

DISTRETTO 8

Ge Voltri, Via Camozzini 95 r | tel. 010 849 9674 / 9676 / 9677
orario: da lunedì a venerdì 8.00 - 14.30

Arenzano, Piazza Golgi 26 r | tel. 010 913 8230
orario: giovedì 10.00 - 12.00

Cogoleto (c/o Centro terza Età), loc. Isorella | tel. 010 918 3149 / 377 500 0835
orario: venerdì 9.30 - 11.30

Masone, Via Massolo 2 | tel. 010 849 7653
orario: martedì 9.00 - 12.00

Campo Ligure, Via Rossi 33 (c/o Comune) | tel. 010 921 003
orario: lunedì 9.00 - 12.00

Rossiglione, Via Roma 36 | tel. 010 925 008
orario: mercoledì 9.00 - 12.00

Tiglieto, Piazza Martiri della Libertà 1 (c/o Comune) | tel. 010 929 001
orario: secondo venerdì del mese 9.00 - 12.00

DISTRETTO 9

Ge Sampierdarena, Via Operai 80 (Fiumara) | tel. 010 849 7294 / 7129 / 7132
orario: da lunedì a venerdì 8.00 - 13.00

Ge Sestri Ponente, Via Soliman, 7 (Palazzo della Salute Ex Manifattura Tabacchi)
tel. 010 849 7971 / 7967 / 7973
orario: da lunedì a venerdì 9.00 - 12.00

DISTRETTO 10

Ge Bolzaneto, Via Bonghi 6 | tel. 010 849 9482
orario: da lunedì a venerdì 9.00 - 12.00

Ronco Scrivia- Borgo Fornari, Via Trento Trieste 130 | tel. 010 849 9505 / 010 849 9482
orario: da lunedì a venerdì 9.00 - 12.00

DISTRETTO 11

Ge Centro, Via Assarotti 35 | tel. 010 849 4550 / 4616 / 6099 / 6098 / 4620 / 4580
orario: da lunedì a venerdì 8.15 - 13.00

DISTRETTO 12

Ge San Fruttuoso, Via Archimede 30A | tel. 010 849 4920 / 4939
orario: da lunedì a venerdì 8.15 - 13.00

DISTRETTO 13

Ge Sturla, Via Bainsizza 42 | tel. 010 849 5630
orario: da lunedì a venerdì 8.30 - 12.30