

## 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](http://www.asl3.liguria.it)).



## SEZIONE DA COMPILARSI A CURA DEL MEDICO

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

## COME ADERIRE AL PROGRAMMA

Per aderire al programma è necessario consegnare questa informativa (scaricabile dal sito [www.asl3.liguria.it](http://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*