

PROGETTO AFA in ASL 3 GENOVESE

La Asl3 Genovese, in partnership con Comune di Genova ed area metropolitana, Associazioni del Terzo Settore, Ospedale Galliera, Coni Comitato Regionale Liguria e Società Italiana Medici Medicina Generale (SIMG Provinciale) ha avviato già dal 2012, il progetto Attività Fisica Adattata (A.F.A.).

Il Progetto si inserisce all'interno delle azioni promosse dall'Organizzazione Mondiale della Sanità per contrastare i tragici effetti che l'inattività fisica e le malattie croniche (Diabete, Bpco, Malattie cardio-vascolari) che provocano negli individui e nelle comunità sociali in termini di salute, costi e mortalità.

Il progetto AFA prevede un programma di esercizio fisico **non sanitario** svolto in gruppo, indicato per cittadini preferibilmente di età maggiore di 55 anni, con sindromi algiche da ipomobilità o da sindromi croniche stabilizzate negli esiti di malattia, finalizzata alla modificazione dello stile di vita per la prevenzione secondaria e terziaria della disabilità.

Sono previsti due distinti programmi di lavoro gestiti da insegnanti laureati in scienze motorie, fisioterapia ed diplomati Isef adeguatamente formati in ASL 3:

AFA “alta funzione” per persone che si rivolgono frequentemente al S.S.N. (MMG, specialisti ortopedici, fisiatra, etc.) per sindromi algiche croniche (mal di schiena, etc.) che potrebbero beneficiare di un cambiamento del proprio stile di vita;

gruppi mal di schiena /dolori articolari
--

AFA “bassa funzione” per persone con esiti stabilizzati di eventi acuti (es. frattura femore, eventi cerebro vascolari, etc.) con limitazione della capacità motoria.

I corsi disponibili sono rivolte alle seguenti tipologie di bisogni:

gruppi parkinson
gruppi respiratoria -bpco
gruppi afa rosa incontinenza
gruppi afa ortopedici

Le persone possono accedere al servizio attraverso prescrizione del Medico di Medicina Generale o dello Specialista con la compilazione di una semplice e specifica modulistica scaricabile dal sito www.asl3.liguria.it (click su icona stili di vita o anziano).

DELIBERA REGIONALE 400 /2013 QUOTE CORSI A.F.A.			
Iscrizione Annuale (comprensiva di assicurazione)	Tetto Massimo : 25 euro		
Quota per corso (2 volte /settimana)	1 MESE	2 MESI	3 MESI
Alta Funzione (per persone senza limitazione motoria di base)	20 euro	35 euro	50 euro
Bassa Funzione (per persone con limitazione della capacità motoria di base)	25 euro	45 euro	60 euro
AFA in acqua	5 euro ad accesso in piscina		

Sono previste gratuità (totali e\o parziali), fino ad esaurimento dei fondi regionali disponibili , per coloro che hanno un ISEE familiare tra 0 e 6.000 euro

L'elenco delle associazioni autorizzate ed aderenti al **PROGETTO AFA** è reperibile presso tutti gli **sportelli unici distrettuali** della **ASL 3 Genovese** o scaricabile dal sito www.asl3.liguria.it (click su icona stili di vita o anziano).