



Progetto "AFA"

Attività Fisica Adattata di Prevenzione della perdita dell'autonomia e miglioramento degli stili di vita

**Le AFA si configurano sostanzialmente come
attività motorie di gruppo, non sanitarie:**

sono rivolte alla popolazione, con accesso preferenziale per le
persone over 65, in condizioni di salute stabili per assenza di malattia acuta o con
riduzione delle capacità funzionali da condizioni cliniche pregresse con esiti funzionali
stabilizzati.

- L'accesso ai programmi AFA avviene su indicazione medica e certificazione di idoneità
previa valutazione funzionale dei fisioterapisti ASL appositamente formati.
- **Le sedute di esercizio, della durata di un ora con una frequenza di 2 volte la
settimana**, sono svolte in gruppo, la cui numerosità dipende dalla gravità della disabilità
motoria (indicativamente max 10 persone per bassa funzione e max 20 persone per alta
funzione).

i costi per l'utenza sono i seguenti:

- a) Quota d'iscrizione massima comprensiva di assicurazione: 25 euro annui
- b) Quote di partecipazione per 2 sedute alla settimana della durata di un'ora l'una

AFA ad Alta funzione:

- 20 euro un mese
- 35 euro due mesi
- 50 euro tre mesi

AFA a Bassa funzione:

- 25 euro un mese
- 45 euro due mesi
- 60 euro tre mesi

**L'attività si svolgerà c/o l'A.S.P. "D. Trincheri di V.le Liguria ad Albenga il martedì
ed il venerdì dalle ore 10.30 alle 11.30 a partire dal mese di febbraio (data da
definire) e sarà gestita dall'ASD AtleticaMente.**

Chi avesse problemi economici (ISEE INFERIORE A 10.000,00) per il pagamento delle quote
di iscrizione/partecipazione potrà rivolgersi ai Servizi Sociali del Comune di residenza .

**Per qualsiasi informazione sui corsi rivolgersi all'Ufficio Fisioterapia Domiciliare - di Via
Trieste 54 in Albenga - al Sig.Marco Alessandri, Tel.0182 546239, da Lun. a Ven.
dalle 8.30 alle 10.30**