

LA SCHEDA DI ADESIONE

Sarà compilata dal Suo Medico Curante.

Una volta compilata potrà contattare il Centro di Coordinamento per fissare un appuntamento.

CONTATTI:

Distretto di TOLMEZZO:

0433488843

Distretto di GEMONA:

0432989284

Distretto di SAN DANIELE:

0432909140

Distretto di CODROIPO:

0432909140

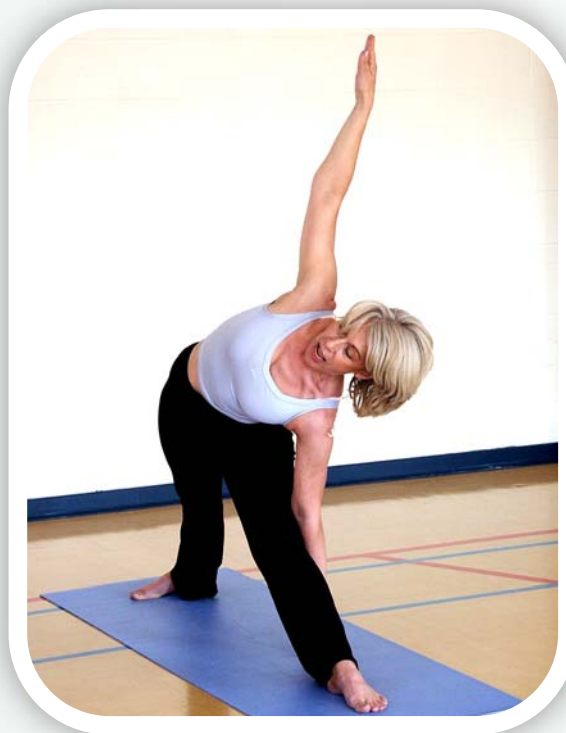
REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIULIA

azienda PER L'assistenza sanitaria

3 Alto Friuli, Collinare, Medio Friuli

PROGRAMMA AFA

ATTIVITÀ FISICA ADATTATA



**PROMOZIONE DI STILI DI VITA
ATTIVI E SOCIALIZZANTI**

Un programma di attività fisica
pensato su misura per Lei!

LE VALUTAZIONI VERRANNO
EFFETTUATE PRESSO IL CAP O
IL POLO TERRITORIALE DI
COMPETENZA



**IL PROGRAMMA AFA PUÒ
MIGLIORARE LA QUALITÀ
DELLA SUA VITA!**

REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIULIA

azienda PER L'assistenza sanitaria

3 Alto Friuli, Collinare, Medio Friuli



REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIULIA

azienda PER L'assistenza sanitaria

3 Alto Friuli, Collinare, Medio Friuli

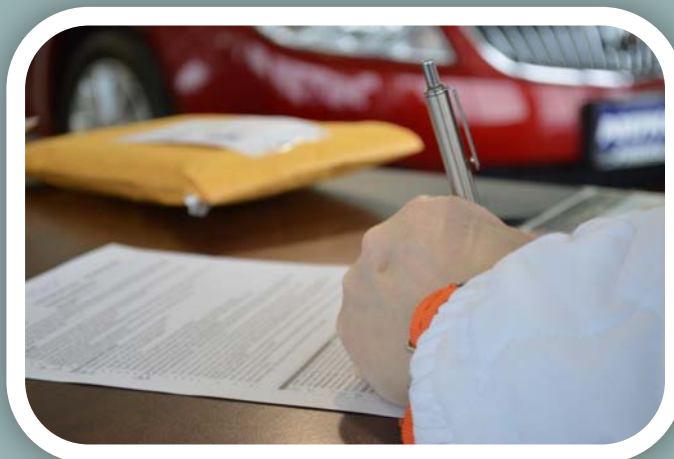
L'Azienda per l'Assistenza Sanitaria n.3 "Alto Friuli – Collinare – Medio Friuli", in collaborazione con le strutture sportive del territorio, promuove il programma AFA: una serie di corsi di attività fisica adattata.

Grazie ad una serie di esercizi fisici e sotto la guida di personale esperto lei potrà mantenersi in forma e avere effetti positivi sul suo stato psicofisico.

AFA inoltre riesce a contenere l'inevitabile progressione di alcune patologie invalidanti legate all'avanzamento dell'età.

IL PROGRAMMA AFA PUÒ MIGLIORARE LA QUALITÀ DELLA SUA VITA!

Il Suo Medico Curante o i Medici Specialisti possono inviarla a questa attività e inserirla in gruppi AFA.



Cos'è l'AFA?

Un' Attività Fisica Adattata.

Attività motoria per mantenimento e prevenzione.

Esercizi fisici svolti in gruppo

Non erogata, ma monitorata dall'Azienda Sanitaria per qualità e sicurezza.

Corsi di un'ora, con frequenza bisettimanale per tutto l'anno.

Svolta nelle strutture sportive/ricreative del territorio.

In tutte le strutture la tariffa è di € 4.00 a seduta + € 10.00 per la quota assicurativa valida per 12 mesi.

PROGRAMMA AFA

SCHEMA DI ADESIONE

Attività Fisica Adattata

Io sottoscritt_ dott.

.....
consiglio alla/al sig.

.....
La partecipazione al/ai seguenti programmi:

AFA Rachide/Arti

AFA Rosa

Data

.....
Timbro e Firma del Medico

.....