

A.F.A. è il programma di attività fisica adattata per specifici stati di salute.

Il programma riguarda soprattutto le persone anziane e adulte, che presentano condizioni ricorrenti anche dolorose e/o riduzione delle capacità funzionali conseguenti a situazioni cliniche pregresse e stabilizzate.

In questi casi, infatti, può essere indicata un'attività fisica svolta in gruppi guidati da istruttori, che contribuisca alla prevenzione della perdita di capacità motorie.

IL MOVIMENTO FA SALUTE

promozione di stili di vita
attivi e socializzanti



L'Attività Fisica Adattata

Un programma di attività fisica adatto alla tua condizione di salute, come indicato dal tuo medico

REGIONE
TOSCANA



Promosso da

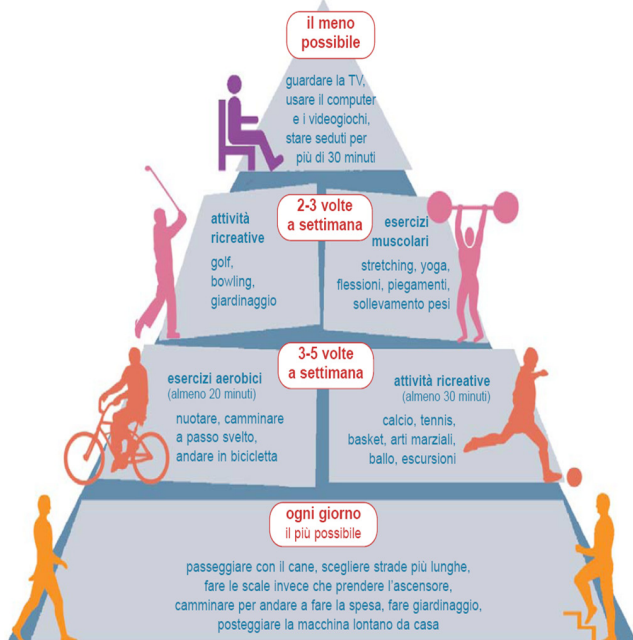


Zona Fiorentina
Sud-Est

I programmi applicati sono indicati da professionisti sanitari pubblici e concordati con gli operatori delle strutture dove si pratica l'attività.

Sull'attività è effettuato un monitoraggio da parte delle strutture pubbliche.

Per questa attività, per consentire a tutti di partecipare, è richiesta a carico dei partecipanti una quota di € 2,50 ad incontro per AFA A, € 3,50 per AFA B e per l'attività in piscina, oltre una minima assicurazione annuale obbligatoria.



Sig./ra

Il tuo medico ti ha consigliato di frequentare un programma AFA:

- AFA A (per condizioni stabilizzate algiche, artrosiche, dismetaboliche)
- AFA B (per condizioni stabilizzate cerebrovascolari, neurologiche e reumatologiche)

Per accedere

- **telefona al CUP Metropolitano 840003003** rete fissa
199175955 da cellulare
dal lunedì al venerdì orario 7.45-18.30
sabato 7.45-12.30
- **rivolgiti alle Farmacie aderenti** con servizio di prenotazione CUP. L'elenco delle farmacie è consultabile al sito www.uslcentro.toscana.it al seguente percorso **Firenze - Servizi al cittadino - Cup-Prenotazioni - Punti Cup Farmacie**
- **recati ai Presidi sanitari** dove sono presenti Punti CUP

Lascia i tuoi dati e sarai richiamato dal Fisioterapista del tuo territorio per una valutazione funzionale gratuita preliminare alla partecipazione ai corsi AFA



I programmi AFA sono promossi e coordinati dall'Azienda USL Toscana centro - ambito territoriale fiorentino e dalle Società della Salute attraverso regolamenti che indicano le modalità di accesso, l'organizzazione, le verifiche di sicurezza e di qualità.

Per informazioni specifiche

www.uslcentro.toscana.it

www.sds.firenze.it

www.sds-nordovest.fi.it

www.sdsmugello.it