



**COS'È L'AFA?** È il programma di attività fisica adattata a carattere ludico-ricreativo, a ridotto impegno fisico, che mira a prevenire i danni causati dalla scarsa attività motoria e indicato per specifiche alterazioni dello stato di salute. Non essendo una attività sanitaria AFA è esente da obbligo di certificazione.

**DOVE SI SVOLGE?** L'AFA viene effettuata in punti autorizzati (quali palestre, circoli o piscine) distribuiti sul territorio dei Comuni della Asl3 Genovese. L'elenco completo è disponibile sul sito [www.asl3.liguria.it](http://www.asl3.liguria.it) e presso gli Sportelli Unici Distrettuali.

### COME ADERIRE AL PROGRAMMA ASL3?

Per aderire al programma AFA è necessario consegnare questo modulo di segnalazione, compilato dal Suo medico curante (o dal medico specialista o dall'Equipe riabilitativa), allo Sportello Unico Distrettuale

più vicino, anche via mail (vedi elenco sul retro). Seguirà una valutazione psicomotoria effettuata da un fisioterapista presso le varie sedi Asl3 Distrettuali. È previsto il pagamento di una tariffa minima. In base al reddito sono possibili gratuità totali/parziali.

### I PROGRAMMI AFA ▼

#### ALTA FUNZIONE

per persone che si rivolgono frequentemente al Sistema Sanitario Nazionale (MMG; Specialisti Ortopedici, Fisiatri, ecc.) per sindromi algiche croniche (esempio mal di schiena, mal di collo ecc.) o con problemi minori di autonomia.

#### BASSA FUNZIONE

per persone che presentano esiti stabilizzati di eventi acuti (ad esempio fratture di femore, eventi cerebrovascolari, ecc.) con limitazioni della capacità motoria.



**ELENCO SPORTELLI UNICI DISTRETTUALI AI QUALI RIVOLGERSI PER INFO E CONSEGNA DEL  
MODULO COMPILATO E FIRMATO DAL MEDICO O DALLA EQUIPE RIABILITATIVA PROPONENTE**



**DISTRETTO 8 (VOLTRI –VALLE STURA)**

Via Camozzini lunedì - mercoledì- giovedì -venerdì dalle 8.30 alle 14  
(tel. 010 849 9068/9052)

sportellounicodistrettuale.dss8areametropolitanalitoranea@asl3.liguria.it

Valle Stura dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 12 (tel. 010 849 7752)

sportellounicodistrettuale.dss8vallestura@asl3.liguria.it



**DISTRETTO 9 (SAMPIERDARENA)**

Fiumara dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 14 (tel. 010 849 7054 / 7251)

sportellounico.distrettualedistretto9@asl3.liguria.it



**DISTRETTO 10 (VALPOLCEVERA VIA BONGHI  
VALLE SCRIVIA BUSALLA)**

Via Bonghi solo su appuntamento:

telefonare dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 13.00

(tel. 010 849 9482/9461)

sportellounicodistrettuale.dss10.valpolcevera@asl3.liguria.it

sportellounicodistrettuale.dss10.vallescrivias@asl3.liguria.it



**DISTRETTO 11 (CENTRO)**

Via Assarotti da lunedì a venerdì dalle 8.30 alle 12.30  
(tel. 010 849 6099)

sportellounicodistrettualedistretto11@asl3.liguria.it



**DISTRETTO 12 (VALBISAGNO)**

Via Archimede il lunedì, mercoledì e venerdì dalle ore 8.15 alle ore 12.00  
(tel. 010 849 4918/4087)

sportellounicodistrettuale.distretto12@asl3.liguria.it



**DISTRETTO 13 (QUARTO LEVANTE )**

Via Maggio solo telefonicamente dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 13  
(tel. 010 849 5624)

sportellounicodistrettuale.distretto13@asl3.liguria.it

*Gli insegnanti autorizzati allo svolgimento di AFA sono Laureati in  
Scienze Motorie formati specificamente da Asl3.*

Da compilare a cura del Medico o Equipe Riabilitativa proponente

**Sig./Sig.ra**

**telefono**

**Per Lei è consigliato questo percorso:**

AFA bassa funzione     AFA alta funzione

**Soggetto proponente:**

Medico Medicina Generale     Medico Specialista     Equipe Riabilitativa

**Diagnosi:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

*data*

*Timbro e firma*

