



Regione del Veneto
AZIENDA U.L.S.S. N. 6 EUGANEA

www.aulss6.veneto.it – P.E.C.: protocollo.aulss6@pecveneto.it

Via Enrico degli Scrovegni n. 14 – 35131 PADOVA

Cod. Fisc. / P. IVA 00349050286

Dipartimento di Prevenzione
UOSD Servizio Attività Motoria

Padova,
Da consegnare al proprio
Medico di Medicina
Generale e/o specialista

Gentile Collega,

in convenzione con il Settore Servizi Sociali – Ufficio ACTE del Comune di Padova, sono attivi i Corsi di Avviamento all'Attività Fisica Adattata (AAFA) per la stagione 2024/2025.

I corsi AAFA, ad intensità lieve-moderata, ciascuno composto da 3 cicli per stagione (24 sedute/ciclo), si svolgeranno nella palestra del Padiglione n. 4 presso il CSS ai Colli (Padova) e sono tenuti da personale laureato in Attività Motorie Preventive e Adattate.

I corsi di **Avviamento all'Attività Fisica Adattata** (Osteo, Proprio Gym e Get-Up) sono indicati per le persone affette da:

- osteoporosi/sindromi algo-disfunzionali su base degenerativa artrosica
- "mal di schiena"/rigidità e sovraccarico articolare/post-protesi di grandi articolazioni
- fibromialgia/fatigue/ ansia/depressione (escluse le forme maggiori non trattate)
- linfedema
- sovrappeso/obesità
- neuropatie diabetica/pre-parkinson/deficit di sensibilità propriocettiva AAll/rischio cadute

Sono **esclusi** gli assistiti in instabilità clinica o con sindromi dolorose acute che interferiscono con l'esercizio fisico.

L'Attività Fisica Adattata non è un'attività riabilitativa ma di recupero, mantenimento e prevenzione per l'acquisizione di stili di vita utili al miglioramento dell'autonomia e della qualità di vita.

Per l'iscrizione ai corsi scrivere all'indirizzo corsimotoria@aulss6.veneto.it.

Distinti saluti

La Responsabile UOSD Attività Motoria
Dr.ssa Laura Brusamolin

