

PROGETTO E.R.I.C.A. 2019/2020

COS'È IL "PROGETTO E.R.I.C.A."?

L'attività motoria assistita "Progetto E.R.I.C.A." è rivolta a tutte le età; viene effettuata da laureati in scienze motorie, professionisti fisioterapisti e diplomati ISEF di provata esperienza. E' svolta in collaborazione con il Servizio Fisioterapico dell' A.A.S. 2 "Bassa Friulana – Isontina", con gli Istituti Comprensivi del territorio e grazie al sostegno dei Comuni che concedono gli spazi.

COME FARE PER INIZIARE?

Per coloro che intendono iniziare questa attività, devono farsi compilare il modulo dal proprio Medico di Famiglia e consegnarlo al Reparto Fisioterapico del Distretto Sanitario di Cervignano del Friuli, che in seguito vi chiamerà per la visita di idoneità ed il rilascio del Certificato Sanitario. I certificati rilasciati per il "Progetto E.R.I.C.A." sono gratuiti. Per informazioni, prenotazioni ed iscrizioni rivolgetevi a:

- Cervignano del Friuli – Distretto Sanitario – Via Trieste 75 – telefono 0431 387709 (PUA)
- San Giorgio di Nogaro – Distretto Sanitario – Via Palmanova 1 – telefono 0431 624813 (PUA)
- Infermiere di comunità del Comune di residenza

Per chi ha già frequentato E.R.I.C.A., il Certificato Sanitario precedente è valido, a meno che non siano insorti momenti sanitari gravi, da verificare da parte dello stesso Distretto Sanitario di Cervignano del Friuli o San Giorgio di Nogaro. Pertanto in questo caso è sufficiente che si prenoti presso:

- Sede di Cervignano del Friuli di AUSER Volontariato Bassa Friulana ONLUS: **telefono 0431 34322 - SMS 335 1857568 e mail bassafriulana@auserfriuli.it** e recapiti ad Aquileia, Campolongo Tapogliano, Palmanova, Porpetto, Ruda, Terzo di Aquileia

I corsi si effettuano con un minimo di 15 ed un massimo 25 partecipanti per corso. In caso di superamento del numero di partecipanti per ogni corso hanno priorità i partecipanti degli anni precedenti.

COSA E' NECESSARIO PER FREQUENTARE I CORSI?

I corsi si tengono da ottobre 2019 a maggio 2020. E' necessario essere iscritti ad AUSER per l'anno 2019 fino al 31/12/2019 e anno 2020 a valere per tutto l'anno 2020.

Si richiede il versamento della quota anticipata di euro 50,00 per 20 lezioni dell'istruttore del corso (le assenze del partecipante non sono recuperabili, mentre saranno recuperate eventuali assenze dell'istruttore). Sono previste soste per le festività di Natale, Capodanno e Pasqua.

Per accedere ai corsi si dovrà presentare il Certificato Sanitario all'istruttore del corso.

COSA SI RICHIEDE PER FREQUENTARE I CORSI?

Si richiede massima puntualità, in palestra si viene con abbigliamento comodo, scarpe o calzini antidrucciolo puliti e indossati al momento, una bottiglietta di acqua e delle caramelle. Su indicazione dell'istruttore potranno essere richiesti tappetini, bastoni, ecc.

Avvisare immediatamente l'istruttore per difficoltà motorie, fisiche o altre anomalie sia all'inizio dell'incontro che durante i corsi.