

“MUOVERSI ASSIEME AD AUSER”

Programma attività dal 01 marzo 2022 al 15 giugno 2022

PROGETTO E.R.I.C.A. *attività motoria assistita*



RUDA

(istruttore Madrisotti Vittorio)

Palestra Scuole Medie Perteole in V.le Volontari della Libertà - Martedì ore 09.30/10.30

Palestra Scuole Elementari Ruda in Via degli Alpini - Venerdì 09.30/10.30

Informazioni: referenti Auser PAZZUT MARIA cell. 349 5967938 - ZUCCHERI ALCIDE cell. 329 3349700

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'Azienda Sanitaria Universitaria Friuli Centrale”, 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)
- Infermiere di comunità

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. Pertanto in questo caso è sufficiente che si prenoti presso:

- Sede di Cervignano del Friuli di AUSER Insieme Bassa Friulana APS: **telefono 0431 887621 - SMS 370 3076107 e mail bassafriulana@auserfriuli.it** e recapiti ad Aquileia, Campolongo Tapogliano, Palmanova, 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. Sarà obbligatorio rispettare le normative COVID 19 tempo per tempo vigenti.

COSA E' NECESSARIO PER FREQUENTARE I CORSI?

E' necessario essere iscritti ad AUSER per l'anno 2022 a valere per tutto l'anno 2022. 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 consegnare 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.