



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Istituto delle Scienze Neurologiche
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico



LloydsFarmacia



ORDINE PROVINCIALE
DEI MEDICI CHIRURGHI
E DEGLI ODONTOIATRI
DI BOLOGNA



PILLOLE DI MOVIMENTO 2013

Dal 1° Febbraio tornano nelle Farmacie Comunali del gruppo Admenta – Doc Morris – Lloyds farmacie le 20.000 scatole con i suggerimenti per la salute e tre buoni per svolgere **gratuitamente un mese di attività** presso una delle società che partecipano al progetto.

A chi si recherà nelle Farmacie aderenti e chiederà consigli inerenti la salute, verranno fornite le Pillole di Movimento che, pur somigliando ad un farmaco in realtà contengono:

- Il “bugiardino”: informativa medico-scientifica che illustra i benefici del movimento come stile di vita
- L’elenco delle società che aderiscono al progetto e delle attività motorie che le stesse mettono a disposizione con generosità ed un notevole sforzo organizzativo
- I coupon da consegnare nella palestra o nella piscina dove la persona sceglierà (previ accordi con le segreterie) di frequentare **gratuitamente un corso per un mese**
- Un buono MEDEL per l’acquisto di un misuratore di pressione innovativo

Pillole di Movimento è una campagna di sensibilizzazione, nella quale diversi attori (Istituzioni, Terzo Settore e realtà private) hanno fatto **network** per contrastare *l’inattività fisica, quarto fattore di rischio per la mortalità globale*.

Per il terzo anno consecutivo le Farmacie Comunali del gruppo Admenta – Doc Morris – Lloyds (principali attori della divulgazione delle “pillole”), la Provincia di Bologna, i Sindaci ed Assessori alla Salute ed allo Sport di Bologna e di 15 Comuni della cintura (dove sono presenti le realtà sportive affiliate a UISP), l’Azienda USL di Bologna (Unità Operativa Promozione della Salute, Dipartimento di Sanità Pubblica), l’Ordine dei Medici e le Associazioni e Polisportive della Rete Blu offrono ai possessori delle “Pillole di Movimento” (che non risulteranno già soci nell’anno sportivo in corso) un mese di attività gratuita (cardiofitness, ginnastiche dolci e pilates, balli ed attività in acqua) fino al 31 Marzo 2013.

Gli effetti positivi dell’attività fisica sono solidamente documentati, la partecipazione all’attività fisica regolare riduce il rischio di malattie cardiache e ictus, diabete, ipertensione, cancro al colon, cancro al seno, e depressione.

La promozione dell’attività fisica, quindi, gioca un ruolo fondamentale nella prevenzione e promozione della salute e deve fare parte della nostra vita quotidiana.

E’ necessario promuovere un cambiamento culturale nella popolazione, per invertire trend su cui l’OMS sta ponendo l’accento già da tempo. La campagna si inserisce in questo contesto, cercando di **educare la comunità cittadina al benessere attraverso l’invito ad adottare stili di vita sani e attivi**.

Abbiamo voluto mettere insieme, quindi, i know how di ciascuno dei soggetti promotori per elaborare una strategia che pensiamo possa essere efficace e che nelle scorse edizioni ha fatto “muovere” centinaia di sedentari.

Tutto il materiale informativo è disponibile sul sito www.uispbologna.it