

PILLOLE DI MOVIMENTO 2015

Corsi di nuoto e in palestra...in Farmacia

L'anno scorso oltre quattromila persone si sono alzate dal divano.

Ecco perché dal 2 Febbraio tornano per il quinto anno nelle Farmacie Comunali del gruppo Admenta e Federfarma di Bologna e provincia (l'elenco completo sul sito www.uispbologna.it) le 22.000 scatole di **Pillole di Movimento** 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" che constano in:

- "bugiardino" (informativa medico-scientifica a cura dell'Azienda Sanitaria che illustra i benefici del movimento come stile di vita)
- elenco delle società che aderiscono al progetto e delle attività motorie che le stesse mettono a disposizione con un notevole sforzo organizzativo
- coupon da consegnare nella palestra o nella piscina dove la persona sceglierà (previ accordi con le segreterie fino ad esaurimento posti) di frequentare gratuitamente un corso **per un mese**
- La novità è che sarà presente anche il codice per scaricare gratuitamente per dispositivi Apple l'app Città Attiva, che contiene i suggerimenti per camminare in resa salute ed il collegamento ai percorsi di muoviBO

Le Farmacie Comunali del gruppo Admenta –Lloyds, le 28 del gruppo Federfarma, 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), i Presidenti dei 9 Quartieri, l'Azienda USL di Bologna (Unità Operativa Promozione della Salute, Dipartimento di Sanità Pubblica), l'Ordine dei Medici, le piscine e palestre Uisp e 16 Associazioni e Polisportive affiliate offrono ai possessori delle scatole (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 all'8 Marzo.

Educare al benessere attraverso l'invito ad adottare stili di vita sani e attivi è l'obiettivo di questa campagna, contrastando *l'inattività fisica, alto fattore di rischio per la mortalità globale*.

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

Invitiamo i partner, le società, i media e gli utenti ad usare l'hash-tag **#pilloledimovimento** sui social network!