



## Datti una Mossa! L'Azienda USL di Bologna alla StraBologna 2012

Sono già 200 gli operatori dell'Azienda USL di Bologna iscritti alla StraBologna 2012 di domenica 15 aprile, alla quale parteciperanno con i colori della polisportiva aziendale *Datti una Mossa!*. Accanto a loro, già a partire da sabato 14 aprile, ci saranno professionisti della promozione della salute, della nutrizione e medici sportivi. Una vera e propria task force per questa edizione della StraBologna 2012, che animerà Piazza Maggiore con numerose attività.

Sabato 14 aprile, in Piazza Maggiore, nello stand dell'Azienda USL di Bologna ci saranno due aree all'interno delle quali saranno riprodotti un ufficio e un ambiente domestico. Nell'area denominata "Ginnastica per gli irriducibili...in ufficio", medici sportivi mostreranno la corretta postura da tenere quando si è seduti dietro ad una scrivania o davanti ad un computer, oltre che esercizi di base da effettuare durante le pause dal lavoro.

Nell'area denominata "La palestra.....di casa tua!" sarà spiegato come lucidare, spolverare, spazzare, stirare e far la spesa siano attività ideali per tenersi in forma. Flessione e stretching quando si rifà il letto, si lavano i vetri o si stende il bucato tonificano i muscoli delle cosce, mentre salire e scendere le scale è considerato un buon allenamento aerobico.

Presso lo stand dell'Azienda ci saranno, inoltre, materiali informativi e operatori impegnati in varie campagne di promozione della salute, che forniranno ai cittadini spiegazioni su vari argomenti, per esempio come camminare in sicurezza, come prevenire gli incidenti domestici, come mantenere in salute i nostri cani, ecc..

### *La campagna Datti una Mossa !*

Datti una Mossa! è la campagna dell'Azienda USL di Bologna per la promozione di corretti stili di vita, dall'attività fisica alla sana alimentazione, dalla lotta al fumo all'abuso di alcol. La campagna, nata nel 2006, è stata presente alle più importanti manifestazioni sportive bolognesi e non, come per esempio la Maratona di New York (nelle edizioni del 2006 e del 2007). Il prossimo appuntamento dopo la StraBologna 2012 è fissato per il 2 giugno, con il 4° Memorial Roberto Ragazzi dedicato al benessere dei bolognesi di tutte le età. In quella occasione, il Centro Sportivo Arcoveggio si trasformerà, per una giornata, in un "villaggio del benessere e del divertimento" e offrirà una visione completa del vasto mondo dei corretti stili di vita, intesi come modo di vivere in armonia con se stessi e con l'ambiente che ci circonda.

Datti una Mossa! è anche sul web, all'interno del sito dell'Azienda USL di Bologna [www.ausl.bologna.it](http://www.ausl.bologna.it)

### *La Polisportiva Datti una Mossa !*

La polisportiva Datti una Mossa! dell'Azienda USL di Bologna è nata nel 2008 e da allora, indossando i colori della campagna aziendale, promuove e facilita l'adesione ad attività sportive, anche competitive, dentro e fuori l'Azienda. In quattro anni di vita gli sportivi iscritti sono più di 500. Le attività sportive attualmente promosse sono, oltre al podismo, basket, calcio, calcetto, escursionismo, pesca, tennis. La polisportiva Datti una Mossa! organizza e promuove il Memorial Roberto Ragazzi, camminata non competitiva intitolata al Responsabile della Comunicazione dell'Azienda USL di Bologna prematuramente scomparso nel luglio 2008.

#### **Azienda USL di Bologna**

È una delle maggiori Aziende sanitarie in Italia per dimensioni e complessità assistenziale. Il suo territorio comprende 50 comuni su un'area di 3.000 chilometri quadrati circa, per una popolazione di oltre 850.000 abitanti (i residenti in Emilia Romagna sono quasi 4.300.000). Il bilancio annuale supera i 1.700 milioni di euro (quasi il 22% dei 7.800 milioni della sanità della Regione Emilia Romagna), al suo interno sono impegnati quasi 8.500 professionisti, oltre 1.300 dei quali medici e 4.300 operatori assistenziali.