

UISP Umbria e Federfarma insieme per promuovere l'attività sportiva con “pillole di Movimento”

scritto da Redazione | 31 Gennaio 2022



Al via anche in Umbria il progetto **“Pillole di Movimento”**, campagna nazionale **Uisp-Unione Italiana Sport Per tutti** di contrasto alla sedentarietà e di promozione della cultura del movimento, che vede protagonisti in tutta Italia **31 Comitati Uisp** e da febbraio coinvolgerà oltre **235 Comuni e 370 tra associazioni e società sportive** dilettantistiche.

Il progetto è nato a **Bologna nel 2010**, grazie ad una rete molto capillare creatasi tra **Uisp**, le aziende **Asl** e le **farmacie** coinvolte. Un'idea vincente e assolutamente innovativa, che si è affermata nel territorio e che viene lanciata per la prima volta a livello nazionale. Il **bugiardino contenuto nella confezione**, molto simile a quella di un farmaco da banco, consente di poter usufruire di un **mese gratuito di attività fisica** e verrà **consegnato dal farmacista**, così come un qualsiasi medicinale, alle persone di tutte le età **che potranno scegliere tra una rosa di oltre 1200 attività sportive e motorie promosse in tutta Italia**.

Il Comitato Regionale Uisp Umbria Aps è tra i protagonisti della campagna, con **Federfarma Umbria** partner del progetto e la preziosa collaborazione **delle farmacie aderenti** dove sarà possibile ritirare le confezioni di **“Pillole di Movimento”**. **In Umbria verranno distribuite 21 mila**

confezioni di “Pillole di Movimento” in 63 farmacie di 15 Comuni. Le attività gratuite saranno organizzate dai **Comitati Uisp Perugia-Trasimeno e Uisp Orvieto-Medio Tevere e dalle associazioni e società sportive dilettantistiche affiliate Uisp.** Si potranno provare **lezioni gratuite** di corsi in **palestra, danza, attività in acqua e attività all’aperto.** Basterà contattare la società sportiva più vicina, i cui riferimenti sono riportati sul bugiardino presente all’interno della confezione di “Pillole”.

*“C’è bisogno di far muovere le persone, di promuovere il benessere e ridurre paure e aggressività, vere e proprie emergenze sociali e di salute nell’Italia della pandemia, che ha aumentato malattie e disturbi, sia psichici che fisici – commenta **Fabrizio Forsoni, Presidente Uisp Umbria Aps – Pillole di Movimento,** grazie ad una semplice scatola, vuole dare un contributo alle persone affinché inizino o ricomincino a muoversi. La proposta di lezioni gratuite è pensata proprio con questo spirito”.*

*“La cultura del movimento è fondamentale e le farmacie umbre sono da sempre a disposizione anche per veicolare importanti campagne che vanno in questa direzione – aggiunge **Augusto Luciani, Presidente Federfarma Umbria** -. C’è bisogno di sensibilizzare continuamente i cittadini da questo punto di vista, perché un sano e corretto stile di vita deve essere condizione rilevante per affrontare con maggiore serenità la vita quotidiana, indipendentemente dall’età”.*

*“Le farmacie sono presidi sanitari preziosi per la salute dei cittadini – sottolinea inoltre **Silvia Pagliacci, Presidente di Federfarma Perugia** – e grazie alla loro capillarità sul territorio possono fungere da riferimenti anche per diffondere questi importantissimi messaggi”. “Dobbiamo spingere sul tasto della prevenzione ed in questo caso contrastare la sedentarietà è d’obbligo – aggiunge **Stefano Monicchi, Segretario di Federfarma Umbria e Federfarma Terni** – Il ruolo della farmacia è strategico anche per mettere doverosamente in evidenza progetti mirati alla promozione del concetto globale che abbraccia tutti gli aspetti legati alle tematiche della salute”.*

*“Le opportunità sono varie, per persone giovani, adulte o anziane, con la musica, con attività intense o dolci, in acqua o nelle palestre, nei parchi o per le vie delle città: l’Uisp e i suoi operatori si prenderanno cura delle persone per iniziare a fare movimento o per ricominciare se, a causa della pandemia, si fosse interrotto. Il successo del progetto si concretizzerà nel creare le condizioni affinché il maggior numero di persone possa continuare poi a praticare le attività fisiche e sportive iniziate durante la campagna promozionale. Ringrazio **Uisp Nazionale** che ha creato le condizioni per lanciare in tutta Italia l’esperienza vincente nata a Bologna più di dieci anni fa. Ringrazio per il supporto e la collaborazione **Anci Umbria** e il suo **presidente Michele Toniaccini**, con il quale abbiamo di recente siglato un Protocollo d’intesa proprio per promuovere stili di vita sani, il benessere della persona e la salute di comunità”. Il progetto è finanziato a livello nazionale dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri – Dipartimento per lo Sport nell’ambito del Bando EPS 2020 e attraverso le farmacie dei circuiti Gruppo Lloyds e delle Federfarma provinciali.*