

'PILLOLE DI MOVIMENTO', PROGETTO PER COMBATTERE LA SEDENTARIETÀ

'PILLOLE DI MOVIMENTO', PROGETTO PER COMBATTERE LA SEDENTARIETÀ Iniziativa europea per diffondere corretti stili vita (ANSA) - MILANO, 04 MAR - Si chiama Movement Pills e si legge Pillole di movimento: è il nuovo progetto europeo per combattere la sedentarietà e diffondere corretti stili di vita tra le persone di tutte le età. L'iniziativa, patrocinata dal Comune di Milano, è stata presentata a Palazzo Marino sede dell'ente locale, da parte di '

Uisp-Unione Italiana Sport per tutti che è l'associazione capofila del progetto in Italia. Un lancio avvenuto in una data simbolica, il 4 marzo, in cui ricorre la Giornata mondiale dell'Obesità. Nei mesi di marzo e aprile - viene spiegato in una nota - ci si potrà recare in farmacia in una delle 12 città (Milano, Torino, Perugia, Bolzano, Agrigento, Ascoli Piceno, Foggia-Manfredonia, Grosseto, Reggio Emilia, Padova, Rimini) che aderiscono al progetto e chiedere gratuitamente una confezione di Pillole di movimento. Si tratta di confezioni del tutto simili a quelle dei medicinali ma all'interno non ci sono pillole ma un bugiardo, che dà diritto a due mesi di attività fisica gratuita in molti impianti sportivi e palestre della città. L'iniziativa si rivolge in particolare a tutte le persone dai 18 anni in su, che non hanno ancora scoperto il piacere e i benefici dell'attività fisica e della partecipazione sportiva, offrendo loro l'opportunità di scegliere tra un'ampia gamma di 105 attività sportive, in base alle proprie preferenze ed esigenze. «In questo modo originale e un pò autoironico distribuiremo 120 mila confezioni di Pillole di movimento, un rimedio naturale per far provare gratuitamente i benefici dell'attività fisica ad altrettante persone che non l'hanno mai potuta praticare», spiega Tiziano Pesce, presidente nazionale

Uisp. «La promozione di stili di vita sani rappresenta una delle sfide più rilevanti del nostro tempo. I dati evidenziano una tendenza preoccupante, sia a livello globale che in Italia, con un aumento dei tassi di sovrappeso e obesità, in particolare tra bambini e adolescenti», osserva Martina Riva, assessora milanese allo Sport, Turismo e Politiche Giovanili. (ANSA).