

# **Pillole di Movimento, il progetto Uisp contro la sedentarietà, compie 10 anni**

Contrastare la sedentarietà promuovendo la salute attraverso l'attività fisica: è l'obiettivo delle **Pillole di Movimento**, il progetto promosso da Uisp in collaborazione con una rete di partner locali che torna per il decimo anno consecutivo nelle Farmacie Comunali del gruppo Lloyds e Federfarma di Bologna e provincia.

Corsi di nuoto, acquagym, acquafitness, nuoto libero, sala cardiofitness, corsi in palestra... sono solo alcune delle attività che sarà possibile seguire grazie al progetto.

Nelle Farmacie Comunali verranno distribuite **22.000 scatole di Pillole di Movimento** che daranno la possibilità di **svolgere gratuitamente un mese di attività presso una delle società che partecipano all'iniziativa**. Il contenuto della scatola consiste in un bugiardino che illustra i benefici del movimento come stile di vita, l'elenco delle società aderenti e delle attività motorie che le stesse mettono a disposizione e il coupon, **valido fino al 31 marzo 2020**, da consegnare nella palestra, piscina o società sportiva dove la persona sceglierà di frequentare gratuitamente un corso per un mese.

[L'elenco delle Farmacie aderenti >>](#)

---

# Con Assieme in Emilia Romagna, un ciclo di seminari sulla Riforma del Terzo settore

Sapersi orientare tra le novità della Riforma del Terzo settore è diventato un tema cruciale per l'universo delle APS che costellano la realtà sociale della nostra Regione.

Proprio per questo [Assieme in Emilia Romagna](#) promuove due seminari gratuiti che si svolgeranno a febbraio in diverse città del territorio regionale, con l'obiettivo di informare e formare le Associazioni di Promozione Sociale riguardo alla normativa che riordina il non profit italiano. In particolare il tema centrale degli appuntamenti verterà sulle modifiche da apportare allo statuto della propria APS per rientrare nella norma.

Il primo seminario si chiama [News per il Terzo settore: dalla riforma alle "Leggi di Bilancio"](#) e si svolgerà nelle seguenti date: martedì 4 febbraio, dalle 15, al Centro Sociale A. Montanari in Via del Saliceto 3/21, a Bologna; giovedì 6 febbraio, dalle 18 alla Sala Pucci in Largo Mario Alberto Pucci, 40, a Modena; sabato 8 febbraio, dalle 9.30, presso il Circolo Inzani in Via Luigi Anedda, 3, a Parma e martedì 11 febbraio, dalle 15.00 nella Sala Marvelli della Provincia di Rimini, in Via Dario Campana, 64, a Rimini.

Il secondo seminario avrà luogo a Ferrara venerdì 7 febbraio, presso la Sala Convitto – Factory Grisù in Via Mario Poledrelli, 21, e s'intitola [Riforma del Terzo settore: facciamo il punto.](#)

Entrambe le formazioni sono organizzate con il contributo della Regione Emilia Romagna e sono gratuite per tutte le

Associazioni di Promozione Sociale che vorranno partecipare.

Per informazioni scrivere a: [iscrizioni@assieme-er.it](mailto:iscrizioni@assieme-er.it) Territorio: [Regione Emilia-Romagna](#)

---

# **“Ho diritto a...”, un’iniziativa per sostenere il welfare “invisibile” dei caregiver**

Un esercito invisibile o comunque spesso lasciato solo quello dei caregiver in Italia. Si tratta di genitori, partner, figli, fratelli, amici, vicini di casa che assistono una persona malata, senza alcun compenso, facendosi spesso carico dell’enorme peso di prendersi cura a lungo termine di persone disabili o affette da patologie croniche/rare o degenerative.

Un vero e proprio welfare insomma, ma senza i diritti e le tutele che un impegno così gravoso comporterebbe a chi svolge un ruolo così delicato e indispensabile all’interno della società. Proprio per questo [Cittadinanzattiva Emilia Romagna](#) in collaborazione con il “Coordinamento regionale delle Associazioni dei malati cronici” (CrAMC) ha promosso la **campagna chiamata “Ho diritto a...”, un’iniziativa volta a**

**costruire un  
vero e proprio manifesto con l'intento di chiedere più  
diritti, più  
salute, una migliore qualità della vita e soprattutto maggiore  
visibilità a sostegno dei caregiver.**

Uno degli aspetti più  
preoccupanti che caratterizzano questa forma di assistenza  
familiare è  
infatti la dimensione d'isolamento in cui a volte i caregiver  
si  
ritrovano ad affrontare molte battaglie quotidiane come la  
lentezza e la  
frammentazione delle risposte del sistema socio-sanitario, la  
burocrazia, le barriere fisiche e culturali. Per loro è  
"naturale" il  
proprio dovere di accudimento e solo tardivamente, quando i  
problemi  
economici ma più frequentemente di salute fisica e psichica  
diventano  
impellenti, si rivolgono ai servizi. Questo accade perché  
spesso i  
caregiver ignorano alcuni diritti e se ne sono a conoscenza li  
ritengono  
insufficienti.

Proprio per questo una maggiore consapevolezza e  
attenzione nei confronti di questo fenomeno è indispensabile,  
sia perché  
si tratta di una condizione spesso logorante che incide sulla  
salute e  
la qualità della vita dei careviger, ma anche perché  
l'assistenza non  
retribuita è diventata una delle più importanti questioni di  
politica  
sociale ed economica a livello nazionale.

**Per partecipare alla campagna "Ho diritto a..." occorre**

compilare entro il 28 febbraio 2020 il modulo a [questo link >>](#)

---

# Finalmente disponibile la guida “Dove andare per...”: cos’è e dove trovarla

Presentata pubblicamente in Piazza Maggiore lo scorso sabato 9 novembre, la guida “**Dove andare per...**”, realizzata dall’associazione [Avvocato di Strada](#), è disponibile nella sua edizione per l’anno 2020.

**Avvocato di Strada** è un’associazione di volontari nata a Bologna e poi diffusasi in altre città italiane, con l’obiettivo di garantire tutela legale ai senza dimora. Un’iniziativa importantissima che ha permesso a moltissimi senza tetto di ottenere la residenza presso una via fittizia creata ad hoc, in modo da poter essere tutelati a livello legale e poter accedere ai servizi.

Le persone che vivono ai margini della vita sociale di una comunità, purtroppo, sono tagliate fuori anche dalle reti informative. La realizzazione della guida si iscrive nell’iniziativa di **diffondere informazioni riguardanti i servizi** di cui le persone senza dimora possono usufruire: è una **mappa** in cui sono indicate mense, posti in cui potersi lavare, vestire o in cui passare la notte.

“Dove andare per...” è frutto di un progetto che dura dal 2003; la guida, che viene ogni anno aggiornata e mandata in stampa, quest’anno, giunta ormai alla sua XI edizione, raggiunge una tiratura di 15.000 copie, le quali saranno distribuite tra **stazione, centri diurni, dormitori, mense per i poveri**, in

tutti i luoghi frequentati dalle persone senza dimora, grazie al supporto dei Servizi sociali territoriali.

Uno **strumento utile** anche per gli operatori di sportello, i quali potranno attingere dalla guida preziose informazioni da comunicare a chi si rivolge loro.

Le associazioni interessate a possederla potranno **ritirare le copie** della guida presso la sede di Avvocato di Strada, in via Malcontenti 3, dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 16.

Qualora non si riesca a ritirarla in questi orari, è possibile contattare l'indirizzo [bologna@avvocatodistrada.it](mailto:bologna@avvocatodistrada.it) per concordare il ritiro.

[Per scaricare la guida in formato PDF >>](#)