

“Pillole di Movimento”: nelle farmacie aderenti il progetto di Uisp contro la sedentarietà

Anche quest'anno è stato presentato al pubblico “Pillole di Movimento”, l'iniziativa di UISP Bologna pensata per incoraggiare le persone a muoversi di più e contrastare i rischi legati alla sedentarietà.

Grazie alla collaborazione con l'Asl di Bologna, le farmacie Benu Farmacia e Federfarma Bologna, i partner e le istituzioni, viene messo **a disposizione 1 mese gratuito di attività fisica in palestra e in piscina.**

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 aderenti verranno distribuite 25.000 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 28 febbraio nelle piscine e fino al 31 marzo nelle palestre.**

Per saperne di più:

<https://uispbologna.it/pillole-di-movimento-2025/>