

Progetto ideato da



Main Partner



Main Sponsor



In collaborazione con



Distribuito da



Lecco, 15 maggio 2013

### Pillole di salute

**progetto ideato dall'associazione di promozione sociale Giretto e dall'Asl di Lecco, con il contributo della Provincia di Lecco e di Acel Service, in collaborazione con il Coni provinciale di Lecco e Federfarma Lecco.**

Sono 1055 i coupon di PILLOLE DI SALUTE utilizzati dai lecchesi per svolgere gratuitamente attività fisica: 1665 ore di benessere di cui hanno potuto godere bambini, adulti e famiglie.

C'è chi ha provato il tiro con l'arco, chi il ciclismo, chi il nuoto, la palestra o il nordic walking oppure chi ha scelto di sperimentare con tutta la famiglia i percorsi avventura all'aria aperta.

La sfida lanciata alla popolazione sedentaria della provincia di Lecco, risultato di una sinergia tra istituzioni, volontariato e società sportive, sta raccogliendo i suoi frutti.

Un'esperienza unica, nata per spronare i lecchesi, ed in particolare le famiglie, a muoversi di più, a fare sport, per stare meglio e, perché no, per ridurre i costi sanitari e sociali derivanti dalla sedentarietà.

*"Siamo molto soddisfatti per l'andamento del progetto. Sul nostro sito [www.pilloledisalute.giretto.it](http://www.pilloledisalute.giretto.it) sono in continuo aggiornamento le proposte per le famiglie della nostra provincia. Con l'arrivo della bella stagione visitate spesso il nostro sito per scoprire tutte le nuove proposte"* spiega Gianluigi Maggioni, del Giretto.

Le nuove attività inserite grazie alla collaborazione del CONI?

**Pol. Aurora** di Olgiate Molgora con il BASKET;

**Virtus Calco** con PALLAVOLO, ATLETICA, GIN DI MANTENIMENTO E CALCIO;

**A.S. Montevicchia** di Montevicchia con PALLAVOLO;

**F.C. Cernuschese** di Cernusco Lombardone con LA SCUOLA CALCIO;

**Libertas Merate due** di Merate con la GINNASTICA RITMICA E GINNASTICA ARTISTICA;

**Pol Besanese** di Besana Brianza con IL JUDO E LA GIN. DOLCE E DI MANTENIMENTO.

Il progetto della provincia di Lecco, frutto della sinergia di istituzioni, volontariato, società sportive ha destato grande curiosità su tutto il territorio italiano, sono infatti moltissime le società e istituzioni che hanno voluto informazioni per avviare un progetto simile su tutto il territorio.

*"Dopo il lancio siamo stati contattati da altre ASL, Associazioni, Enti per capire come realizzare un progetto simile nelle loro province. L'hanno trovato un modo divertente, originale e d'impatto per spronare la popolazione a muoversi, fare sport. In effetti i dati di ore consumate, i contatti avuti dalle società dicono che l'iniziativa funziona. Addirittura ha coinvolto residenti di altre province."* spiega Franco Tortorella dell'ASL.

La scelta di una regolare attività fisica è la migliore assicurazione sulla vita che possiamo stipulare. Liberiamo il nostro corpo dalle scelte obbligate dell'automobile e del computer. Ritroviamo il piacere di camminare, nuotare, giocare, sperimentare, gareggiare, divertirci.. Ve ne saranno grati il cuore, le arterie, i polmoni, le articolazioni, i muscoli. Quelle scale così in salita diventeranno il modo più rapido per raggiungere casa e ufficio.

Visitate il sito [www.pilloledisalute.giretto.it](http://www.pilloledisalute.giretto.it) ci sono ancora tante nuove opportunità, affrettatevi, non occorre ricetta, né si paga il ticket.

Ci vuole solo buona volontà... e tanti amici delle società sportive disposti ad aiutarvi.

La prossima iniziativa lanciata dalle PILLOLE IN TOUR sarà domenica 2 giugno, in occasione della festa nazionale dello sport organizzata dal Coni. Pillole di salute sarà presente con prove gratuite di nordic walking ( piazza Garibaldi a Lecco ) per maggior informazioni: <http://www.pilloledisalute.giretto.it/eventi/item/660-nordic-walking-raduno-di-lecco>.