

Raccomandazioni politiche per comunità più attive e inclusive in Europa

Pacchetto di lavoro 4, Consegnabile: 4.2

Protagonista: SportDrenthe

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono però solo quelli dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia Esecutiva Europea per l'Istruzione e la Cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenuti responsabili per essi.

Co-funded by the European Union

Indice

Sommario esecutivo 4

1. Perché l'Europa ha bisogno di un ambiente attivo quotidiano 7
2. Dalle prove alla pratica: cosa ha fatto l'EHLA 10
3. Cosa ha appreso EHLA: dai risultati alle politiche 13

4. Principio politico 1- Rendere il movimento parte della vita quotidiana 15
5. Principio politico 2 - Raggiungere tutti16
6. Principio politico 3 - Rendere le scuole l'ancoraggio delle comunità attive 17
7. Principio politico 4- Condividere l'ambizione, localizzare la soluzione 19
8. Principio politico 5 - Investire nelle persone, nel coordinamento e nella capacità di cambiamento21
9. Principio politico 6 - La tecnologia deve guadagnarsi il suo posto22
10. Principio politico 7 - Collegare il movimento allo sviluppo più ampio23
11. Principio politico 8 - Costruire per il lungo periodo 24

12. Raccomandazioni politiche EHLA da parte degli stakeholder 29
13. Dal progetto pilota alla politica: la roadmap per l'attuazione di EHLA32
14. Tre paesi, tre lezioni di politica35
15. Oltre l'infanzia; Cosa può dire responsabilmente l'EHLA37
16. Misurare ciò che conta 39
17. La chiamata all'azione dell'EHLA42

Rendi uno stile di vita attivo la scelta facile, normale e inclusiva — ogni giorno, per tutti.

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono però solo quelli dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia Esecutiva Europea per l'Istruzione e la Cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenuti responsabili per essi.

Stato del documento

Campo	Final 1.0
Consegnabile	D4.2 — White paper: raccomandazioni politiche
Scopo	White Paper pubblico consolidato — revisione editoriale finale
Beneficiario principale	SportDrenthe
Pacchetto di lavoro	WP4
Diffusione	PU — Pubblico
Progetto	Azioni Europee per uno Stile di Vita Sano (EHLA), Progetto ID 101184145
Stato	Raccomandazioni politiche consolidate approvate in sostanza dal consorzio EHLA.

Evidenze e partecipazione alla base del Libro bianco

EHLA è stata partecipativa a diversi livelli. La valutazione Active Day ha raccolto prospettive da bambini, insegnanti/allenatori e genitori, con un'enfasi che varia a seconda del paese. L'implementazione locale ha coinvolto anche scuole, coach comunitari, comuni e partner di progetto. La riflessione dei partner, inclusi il processo EHLA Outcomes e i webinar, ha aggiunto apprendimento sull'implementazione su coordinamento, leadership, strumenti pratici, supporto digitale e sostenibilità.

Sintesi esecutiva

L'Europa non ha bisogno di un'altra campagna che semplicemente dica alle persone di muoversi di più. La sfida politica è creare le condizioni in cui il movimento diventi possibile, attraente, inclusivo e normale nella vita quotidiana.

EHLA ha collegato ricerca, strumenti pratici, capacity building e implementazione nel mondo reale. D3.1 ha illustrato i principi basati su evidenze - equità e inclusione, pensiero sul cambiamento comportamentale, ambienti di supporto, azione degli stakeholder e RE-AIM. D3.2 ha esplorato come uno strumento digitale potesse supportare la partecipazione e la comunicazione, mentre D3.3 si è concentrato sulle capacità umane e organizzative necessarie per realizzare il cambiamento. D4.1 e i progetti pilota per i paesi hanno poi mostrato come queste idee funzionano quando adattate a contesti reali. I risultati EHLA aggiungono un ultimo strato: cosa ha aiutato l'implementazione, cosa ha creato attriti e cosa dovrebbe cambiare dopo.

Il risultato più importante dell'EHLA non è quindi un singolo intervento. È un modo di lavorare: creare un'ambizione condivisa, costruire un'autonomia locale, dotare le persone degli strumenti necessari che devono realizzare il cambiamento, adattarsi al contesto, imparare durante l'implementazione e integrare una pratica di successo prima che il supporto temporaneo al progetto termini.

> **Smetti di considerare l'attività fisica come un'attività extra. Inizia a integrarla nella vita di tutti i giorni.**

Questo White Paper traduce quell'apprendimento in politiche. Sostiene che le amministrazioni pubbliche dovrebbero andare oltre i progetti isolati e creare ecosistemi attivi attorno a scuole, famiglie, comunità, sport, salute, servizi giovanili, mobilità e spazi pubblici.

Integrazione aggiornata di D4.1 (bozza editoriale finale 0.6): Le quattro raccomandazioni presenti in pacchetti di lavoro precedenti — partire dai punti di forza esistenti, adattarsi localmente, investire in persone e ambienti connessi, e pianificare la continuazione dall'inizio — sono tradotte in strumenti politici concreti nella Sezione 11A. Il White Paper mantiene i suoi dieci messaggi politici generali.

Dieci messaggi politici

1. **Rendere il movimento parte della vita quotidiana.** La politica sull'attività fisica dovrebbe plasmare gli ambienti e le routine quotidiane, non solo finanziare sessioni sportive o di esercizio separate.

2. **Rendere le scuole un punto di riferimento per comunità attive.** Le scuole raggiungono quasi ogni bambino. Utilizzare questa portata universale, poi collegare deliberatamente scuola, famiglia, quartiere, sport, salute e spazi pubblici.

3. **Progettare per coloro che rischiano di essere più facilmente trascurati**. L'equità non è un complemento. Genere, disabilità, reddito, fiducia in sé stessi, cultura, accesso e sicurezza devono influenzare il design fin dall'inizio.

4. **Condividere l'ambizione — localizzare la soluzione**. Trasferire principi e risultati, non programmi rigidi. Ciò che funziona in un paese o un'organizzazione deve essere adattato prima di essere adottato.

5. **Rendere la vita attiva il compito di tutti.** Istruzione, sport, salute, gioventù, politiche sociali, mobilità e pianificazione spaziale dovrebbero condividere responsabilità e budget dove appropriato.

6. **Nominare un coordinatore della giornata scolastica attiva in ogni scuola**. Il cambiamento richiede una responsabilità chiaramente assegnata. Ogni scuola dovrebbe designare un coordinatore con mandato, tempo e supporto per connettere le persone e garantire la continuità dell'attuazione.

7. Investire nelle persone che traducono le politiche in pratica. Insegnanti, allenatori, operatori giovanili e professionisti della comunità hanno bisogno di strumenti pratici, formazione, supporto tra pari, tempo e fiducia in sé stessi — non un altro documento da solo.

8. **Utilizzare l'attività fisica come piattaforma per uno sviluppo più ampio**. Il movimento può supportare l'apprendimento, il benessere, la connessione sociale, la fiducia, i valori e le competenze di vita quando questi obiettivi sono intenzionalmente progettati nella realizzazione.

9. **Usa la tecnologia solo quando rimuove una barriera.** Gli strumenti digitali dovrebbero supportare le relazioni umane e l'implementazione. Se uno strumento crea confusione, carico di lavoro o dipendenza, semplificalo, ridisegnalo o rimuovilo.

Co-funded by the European Union

10. **Finanziare la transizione dal progetto pilota alla pratica normale.** La sostenibilità inizia dal primo giorno: ruoli, leadership, politiche, budget, monitoraggio e routine organizzative dovrebbero essere costruiti prima che i finanziamenti del progetto terminino.

Il cambiamento di politica proposto dall'EHLA

Allontanati da	Muoviti verso
Campagne che invitano gli individui a cambiare	Ambienti che rendono più facili le scelte attive
Attività a breve termine	Routine e sistemi quotidiani attivi
Replica di un modello uguale per tutti	Principi condivisi con l'adattamento locale
Responsabilità del solo settore sportivo	Responsabilità trasversale
Un progetto dipendente da un solo appassionato	Responsabilità condivisa con un coordinamento definito
Strumenti digitali come obiettivo	La tecnologia come facilitatore opzionale
Misurare soltanto la partecipazione	Copertura, esperienza, equità, qualità e continuità
Finanziamento dei progetti pilota	Finanziamento dell'attuazione, dell'integrazione e della continuità

1. Perché l'Europa ha bisogno di ambienti quotidiani attivi

L'inattività fisica non è semplicemente una questione di motivazione individuale. Le opportunità di muoversi sono plasmate dalle routine scolastiche, dalle circostanze familiari, dai quartieri, dai trasporti, dagli spazi pubblici, dall'accessibilità economica, dall'accessibilità in sé stessi e dalle norme sociali. Le politiche quindi influenzano se una scelta attiva è realistica.

EHLA affronta l'attività fisica come una sfida sistemica. La sua linea guida combina equità e inclusione, pensiero sul cambiamento comportamentale, ambienti di supporto, azione degli stakeholder e monitoraggio. D3.3 aggiunge un secondo livello: le organizzazioni devono avere la capacità di trasformare buone intenzioni in pratica di routine. Questo richiede leadership, sostenitori, comunicazione, formazione, risorse, coordinamento e istituzionalizzazione.

> **Una buona politica crea opportunità. Una buona implementazione crea pratiche. La sostenibilità richiede entrambi.**

1.1 L'equità è una questione di design

La fornitura universale non produce automaticamente un beneficio equo. Un programma può essere aperto a tutti e comunque difficile da raggiungere per le famiglie che affrontano barriere di costi, trasporti, disabilità, lingua, culturali, di sicurezza o di fiducia. Le amministrazioni pubbliche dovrebbero quindi chiedersi non solo se esista un'attività, ma chi partecipa, chi si sente accolto, chi beneficia e chi rimane assente.

1.2 Dalla consapevolezza alle condizioni

La comunicazione può aumentare la consapevolezza e invitare a partecipare, ma la consapevolezza da sola non può superare le barriere strutturali. Il lavoro di capacity building di EHLA enfatizza una comunicazione positiva, specifica per il pubblico e

bidirezionale, ma dimostra anche che la comunicazione funziona meglio quando indica un'opportunità davvero accessibile, accogliente e ben organizzata.

1.3 Una prospettiva sul corso della vita — con limiti onesti

La descrizione formale D4.2 si riferisce al coinvolgimento dall'infanzia all'età avanzata. Le evidenze dirette più solide di EHLA per i progetti sono focalizzate sul bambino, in particolare intorno all'età della scuola primaria. Tuttavia, D3.3 cattura l'apprendimento pratico sugli anziani, inclusa l'importanza di attività appropriate, connessione sociale, accessibilità, benefici funzionali e integrazione con strutture comunitarie e sanitarie. Questo White Paper utilizza quindi una prospettiva politica sul corso della vita quando rilevante, distinguendo chiaramente le lezioni più ampie di capacity building dalle evidenze pilota EHLA focalizzate sui bambini.

Fase della vita	Traduzione delle politiche	Stato delle evidenze EHLA
Bambini (circa 6–12 anni)	Utilizzare le scuole come ancoraggi universali; integrare il movimento nell'apprendimento, nel gioco, nei viaggi e nei legami con la comunità; coinvolgere famiglie e servizi locali.	La base diretta EHLA più forte: D3.1 e le tre impostazioni pilota di WP4.
Giovani / adolescenti	Mantenere opportunità inclusive e piacevoli; collegare scuola, lavoro giovanile e sport; rafforzare autonomia, appartenenza, fiducia in sé stesso e competenze di vita.	Guida più ampia di EHLA e apprendimento per lo sviluppo delle capacità; non una popolazione pilota dedicata al WP4.
Adulti	Rendere le attività più semplici attraverso contesti comunitari, spazi pubblici, viaggi attivi, luoghi di lavoro e routine familiari; ridurre i costi e le barriere di accesso.	Estrapolazione politica dai principi dei sistemi EHLA; prove dirette limitate dei piloti.
Persone anziane	Dare priorità ad attività accessibili e appropriate, connessione sociale, fiducia in sé, indipendenza funzionale, soluzioni di trasporto e collegamenti con servizi sanitari/comunitari.	Supportato dalla guida di pratica D3.3; non testato direttamente nei progetti pilota WP4 focalizzati sui bambini.

Da D2.1: Perché questi interventi sono stati selezionati

Il Rapporto di Analisi Stato dell'Arte (D2.1, 2025) fornisce all'EHLA un processo di selezione documentato, piuttosto che una giustificazione retrospettiva per i piloti. I partner hanno catalogato le misure innovative candidate attraverso un modello comune che copre gruppi target, ambienti di erogazione, costi, inclusione, barriere e fattibilità. I rappresentanti dei partner nominati hanno poi valutato le misure in base all'applicabilità, innovazione, barriere e praticità, con un punteggio di preferenza aggiuntivo utilizzato per il criterio di pareggio (D2.1, pp. 10–12).

Le tre misure più ben classificate sono state Finnish Schools on the Move (10,93), BASE (9,07) e Parchi in movimento (8,655). Questi dati sono punteggi di valutazione dei partner, non stime dell'impatto dell'intervento. Il loro valore politico è che la fattibilità pratica e le barriere sono state considerate insieme all'innovazione. Le successive implementazioni nazionali devono quindi essere intese come espressioni adattate localmente degli approcci selezionati, non come replicazioni identiche (D2.1, p. 13; D4.1).

D2.1 colloca inoltre il lavoro all'interno del quadro UE di monitoraggio dell'attività fisica per migliorare la salute. Riporta che la quota media di 23 indicatori politici raggiunti dagli Stati membri dell'UE è passata dal 64,7% nel 2015 all'81,8% nel 2024, mentre un'attività insufficiente è rimasta diffusa. Questi dati riguardano rispettivamente l'attuazione delle politiche e l'attività a livello di popolazione; non devono essere interpretati come una valutazione causale dell'EHLA (D2.1, pp. 4–6, basandosi sul monitoraggio OMS/Commissione Europea).

Segue una conclusione politica pratica: valutare gli interventi candidati in base all'ambientazione, alle barriere all'inclusione, alla capacità del personale e alla probabile continuità prima di decidere cosa trasferire. EHLA raccomanda di trasferire principi testati e know-how di implementazione piuttosto che esportare un programma fisso senza adattamento locale.

2. Dalle evidenze alla pratica: cosa ha fatto EHLA

EHLA è stato progettato come un ponte dalla conoscenza all'implementazione. WP2 ha identificato pratiche promettenti e ha reso possibile lo scambio di conoscenze. WP3 ha tradotto l'apprendimento nella linee guida, risorse digitali e un Programma di Capacity Building. WP4 è poi passato all'implementazione pratica e alla sensibilizzazione attraverso la Giornata Attiva di EHLA.

D3.3 descrive esplicitamente questo percorso come il passaggio dalla ricerca e allo scambio alla capacità del personale e poi alla pratica quotidiana. Il suo contributo centrale a D4.2 è importante: un intervento non diventa sostenibile solo perché è informato dalle evidenze. Le organizzazioni devono essere in grado di adottarlo, adattarlo, sostenerlo con risorse e renderlo parte delle normali operazioni.

> **La domanda politica di EHLA non è solo 'Cosa funziona?' È anche: 'Di cosa ha bisogno un'organizzazione per farla funzionare qui — e mantenerla in attività?'**

2.1 Dalla teoria alla pratica: cosa hanno testato i piloti

I piloti non hanno testato la linea guida come un unico intervento fisso. Hanno testato se i suoi principi fondamentali potessero essere tradotti in pratiche locali praticabili. La tabella sottostante rende esplicita questa connessione. D3.2 è incluso come strumento di implementazione piuttosto che come quadro teorico: il suo valore previsto era supportare la comunicazione, la partecipazione e il processo dei dati, mentre i risultati successivi mostrano che il supporto digitale aggiunge valore solo quando è semplice e utile nella pratica.

Principio / sfida EHLA	Cosa è successo nell'implementazione	Implicazioni politiche
Ambienti di supporto: il movimento dovrebbe essere integrato nelle impostazioni quotidiane.	Paesi Bassi: quattro scuole primarie utilizzavano la Giornata scolastica dinamica e l'apprendimento attivo; gli insegnanti ricevevano formazione e strumenti pratici; si raggiunsero circa 900 bambini.	Considera l'apprendimento attivo come un'implementazione a livello di tutta la scuola, non come un optional in classe. Finanzia il supporto e il coordinamento degli insegnanti.
Adattamento locale: i principi comuni devono adattarsi al contesto.	Italia: Parchi in Movimento ha collegato scuole, parchi pubblici, allenatori comunitari e il Comune di Verona; hanno partecipato più di 600 bambini.	I comuni possono trasformare gli spazi pubblici in una risorsa per la vita attiva collegando istruzione, famiglia e offerta comunitaria.
L'attività fisica può favorire uno sviluppo più ampio se progettata intenzionalmente.	Turchia: lo sport dopo la scuola è stato combinato con contenuti sulla protezione dei minori, valori e competenze di vita; 676 e 808 partecipazioni ai programmi sono state segnalate in due mandati.	Dotare i coach di materiali strutturati e formazione; valutare attentamente gli esiti di sviluppo e distinguere la partecipazione dall'impatto.
Scienza dell'implementazione: il cambiamento richiede capacità, opportunità, motivazione e supporto organizzativo.	In tutta EHLA, le riflessioni dei partner hanno enfatizzato il coordinamento, l'introduzione a fasi, i materiali pratici, la leadership e il follow-up a lungo termine.	Finanziare la capacità di implementazione — persone, tempo, formazione e responsabilità — insieme alle attività.

Linea guida / strumento	Cosa propose l'EHLA	Cosa hanno mostrato i piloti/risultati	Implicazioni politiche
D3.1: Equità e inclusione	Tenere conto delle diverse barriere e monitorare chi viene raggiunto.	Contesti universali come le scuole aumentano la portata, ma le barriere locali richiedono ancora adattamento.	Usare piattaforme universali + rimozione mirata delle barriere; monitorare chi manca.
D3.1: COM-B / cambiamento comportamentale	Capacità, opportunità e motivazione sono tutte importanti.	Formazione, materiali pratici, routine di supporto ed esperienze piacevoli hanno aiutato l'implementazione.	Finanzia la capacità professionale e gli ambienti favorevoli, non solo la consapevolezza.
D3.1: Ambienti di supporto	Rendi più facili le scelte attive in ambienti quotidiani.	Il movimento si è sviluppato attraverso l'apprendimento, i parchi/comunità e lo sport organizzato piuttosto che un'attività standard.	Progetta il movimento in ambienti e routine ordinarie.
D3.1: RE-AIM	Valutare copertura, efficacia, adozione, attuazione e mantenimento nel tempo.	I dati di partecipazione sono stati utili ma non hanno spiegato adozione, carico di lavoro, attriti digitali o sostenibilità.	Valutare la qualità dell'implementazione, l'equità e la mantenimento nel tempo, nonché la partecipazione.
D3.2: Supporto digitale	Usa l'app per comunicare, affrontare le sfide e supportare i processi.	I risultati riportavano costi temporali, confusione e un valore aggiunto limitato nella pratica.	La tecnologia deve guadagnarsi il suo posto: pilotare, semplificare e mantenere solo ciò che risolve un problema reale.

D3.3: Sviluppo delle capacità	Leadership, campioni, formazione, risorse e istituzionalizzazione permettono il cambiamento.	Coordinamento, introduzione passo dopo passo, materiali utilizzabili e ampio impegno sono emersi ripetutamente come fattori di successo.	Finanziare la capacità di attuazione e il coordinamento designato insieme alle attività.

2.2 Tre ambientazioni, una ambizione

Paese	Ambientazione primaria	Espressione EHLA	Lente politica
Paesi Bassi	Scuole primarie	Giornata scolastica dinamica / apprendimento attivo	Movimento × Istruzione
Italia	Scuole, parchi e comunità	Parchi in Movimento	Movimento × Comunità
Turchia	Sport organizzato / sviluppo infantile	Sport + valori / abilità di vita	Movimento × Sviluppo Personale

Questi approcci sono volutamente diversi. Il loro valore per le politiche risiede proprio in questa differenza: EHLA non ha scoperto un'attività europea da copiare. Ha dimostrato l'importanza di principi comuni combinati con il disegno locale.

2.3 Il capacity building non era un'attività secondaria

D3.3 posiziona la capacity building come meccanismo di sostenibilità. Identifica una visione chiara, il sostegno della leadership, i sostenitori, la comunicazione, la formazione, le risorse, l'istituzionalizzazione, il monitoraggio e il rinforzo come condizioni per il cambiamento organizzativo. Raccomanda inoltre di fare una fase di cambiamento sostanziale, assegnare il coordinamento, integrare responsabilità in ruoli e budget normali e costruire il supporto tra pari affinché nessun professionista debba 'risolvere tutto da solo'.

3. Cosa ha appreso EHLA: dai risultati alle politiche

Le note sugli Esiti di EHLA aggiungono un livello importante ai deliverable formali: la riflessione sull'implementazione. Essi catturano ciò che i partner hanno osservato nel tentativo di far funzionare il progetto in organizzazioni reali. Queste osservazioni non dovrebbero essere tutte presentate come risultati scientifici. Sono lezioni di implementazione — e questo le rende altamente rilevanti per un White Paper politico.

- La differenza locale è normale; la cooperazione è ancora preziosa. I paesi e le organizzazioni differiscono. Il valore aggiunto europeo deriva dall'imparare attraverso queste differenze, non dall'eliminarle.
- Il coordinamento è una condizione per l'implementazione. I risultati identificano esplicitamente il coordinamento come un fattore di successo importante. D3.3 rafforza indipendentemente la necessità di coordinamento, leadership e campioni assegnati.
- L'entusiasmo conta — ma i sistemi devono sopravvivere all'entusiasmo. Bambini, insegnanti e genitori possono creare slancio, ma un cambiamento duraturo richiede ruoli, responsabilità nelle politiche e nelle organizzazioni.
- L'apprendimento attivo dovrebbe essere introdotto come un processo di cambiamento. I risultati sostengono un'implementazione passo dopo passo al ritmo delle scuole e degli insegnanti. D3.3 raccomanda analogamente di introdurre cambiamenti sostanziali e di supportare il personale attraverso formazione, feedback e primi successi.
- I materiali pratici rendono il cambiamento più facile. Le carte turche e le scatole olandesi illustrano un punto più ampio: i professionisti adottano il cambiamento più facilmente quando le idee vengono tradotte in strumenti utilizzabili.
- Una giornata scolastica attiva è più importante dell'educazione fisica. Il movimento può essere integrato nell'apprendimento, nelle pause, nel gioco, nei viaggi, nelle attività all'aperto e nella cultura scolastica. Dovrebbe integrare la qualità dell'educazione fisica, non essere ridotto a essa.
- La leadership e il consenso ampio sono importanti. Consigli scolastici, direttori, insegnanti, genitori e bambini influenzano tutti se un'ambizione diventa una pratica normale.

- Le politiche per le scuole attive dovrebbe collegarsi a politiche pubbliche più ampie. La politica sportiva da sola è insufficiente. Istruzione, salute, giovani, mobilità e politica spaziale locale determinano tutte le opportunità di movimento.

- Il follow-up a lungo termine è essenziale. Gli esiti dell'EHLA richiedono esplicitamente la continuazione. D3.3 mostra come istituzionalizzare il cambiamento attraverso piani, ruoli lavorativi, budget, routine e una continua costruzione delle capacità.
- Gli strumenti digitali non sono automaticamente utili. Il progetto ha rilevato che l'app EHLA ha creato costi di tempo e confusione nella pratica. Questo dovrebbe essere considerato un apprendimento prezioso: la tecnologia deve risolvere un problema di implementazione, non diventare un altro problema da implementare.



ID Progetto: 101184145 Azioni Europee per uno stile di vita sano

Co-funded by the European Union

4. Principio Politico 1 — Rendere il movimento parte della vita quotidiana

Una società fisicamente attiva non può essere creata solo attraverso i programmi sportivi. Le persone trascorrono la maggior parte del loro tempo in ambienti ordinari: scuole, strade, luoghi di lavoro, case, quartieri e spazi pubblici. Le politiche dovrebbero quindi aumentare le opportunità di muoversi all'interno di questi contesti.

Per i bambini, la più forte espressione di questo principio secondo EHLA è la giornata scolastica attiva. Questo significa più di educazione fisica e più di stimolanti occasionali. Il movimento può essere integrato nell'apprendimento accademico, nelle pause, nel gioco, nell'educazione all'aperto, nei viaggi attivi e nell'ambiente fisico e sociale della scuola.

> **Non aggiungere solo movimento al calendario. Inserisci il movimento nel modo in cui funziona la giornata.**

Azioni politiche

- Rivedi le routine scolastiche e municipali per ottenere tempo sedentario evitabile.
- Sostieni l'apprendimento fisicamente attivo insieme a un'educazione fisica di qualità.
- Includere viaggi attivi, gioco e apprendimento all'aperto nelle strategie scolastiche e municipali.
- Usa impostazioni e routine esistenti prima di creare programmi paralleli.
- Collegare la politica delle scuole attive con la politica, la salute, i giovani, lo sport, la mobilità e la spazia.

5. Principio Politico 2 — Raggiungere Tutti

La più forte opportunità di equità di EHLA sono gli ambienti universali. La scuola è particolarmente importante perché raggiunge bambini che potrebbero non entrare mai in un club sportivo o in un programma di attività strutturato. Ma la portata universale deve essere abbinata a un design inclusivo.

Le lezioni di scambio di conoscenze di D3.3 rafforzano l'importanza di basse barriere all'ingresso: fornitura gratuita o a prezzi accessibili, ambienti familiari e accessibili, registrazione semplice e soluzioni pratiche per il trasporto o le attrezzature. Per gli anziani, lo stesso principio si manifesta in forma diversa: intensità appropriata, rassicurazione, connessione sociale e legami con strutture comunitarie o sanitarie affidabili.

Azioni politiche

- Includere obiettivi e indicatori di capitale nei criteri di finanziamento.
- Progetta con gruppi meno attivi e meno serviti, non solo per loro.
- Mantieni la partecipazione a basso costo o gratuita quando possibile e fornisci l'attrezzatura quando necessario.
- Usa impostazioni sicure, familiari e accessibili.
- Monitora chi manca e adatta la consegna di conseguenza.

6. Principio Politico 3 — Fare delle scuole ancore per comunità attive

Le scuole offrono una piattaforma eccezionale di politica pubblica perché raggiungono bambini di ogni tipo di contesto sociale. L'esperienza olandese di EHLA illustra come il movimento possa essere integrato nell'apprendimento piuttosto che essere aggiunto come programma separato. L'Italia dimostra come il coinvolgimento scolastico possa aprire strade verso la famiglia e la comunità.

L'opportunità politica è quindi più ampia di "più educazione fisica". Una scuola può diventare un punto di riferimento in un ecosistema locale attivo — collegato a famiglie, sport, spazi pubblici, salute, servizi giovanili e politiche municipali.

Raccomandazione EHLA: un coordinatore della giornata scolastica attiva in ogni scuola

I Risultati EHLA propongono un coordinatore per la Giornata Scolastica Attiva in ogni scuola e suggeriscono che questo ruolo non debba essere automaticamente affidato all'insegnante di educazione fisica. Questa è un'idea politica forte perché la giornata scolastica attiva riguarda l'intera organizzazione, non un solo argomento. D3.3 supporta il meccanismo sottostante: assegnare coordinamento, creare un team di cambiamento, proteggere il tempo e impedire che il lavoro rimanga una passione informale di una sola persona.

Per il D4.2 finale, l'EHLA potrebbe raccomandare che una politica educativa nazionale o regionale incoraggi ogni scuola a identificare un coordinatore attivo per la Giornata Scolastica o una funzione equivalente, adattata ai sistemi scolastici nazionali. Questo non richiede necessariamente un nuovo incarico. Il coordinamento può rientrare in un ruolo esistente — ad esempio insegnante, responsabile della salute scolastica, coordinatore del benessere, dirigente senior o altro membro dello staff — a condizione che la persona abbia un mandato chiaro, tempo protetto, accesso alla leadership e la capacità di collegare colleghi e partner esterni. Il ruolo dovrebbe coordinare il sistema, non svolgere personalmente tutte le attività.

Azioni politiche

- Sviluppare approcci per tutta la scuola piuttosto che attività isolate.
- Dare alla leadership della scuola una responsabilità esplicita per l'ambizione.

- Individuare un coordinatore nominato con tempo e mandato.
- Coinvolgere insegnanti, alunni, genitori e la governance scolastica nella progettazione e nella revisione.
- Collegare la scuola con partner comunitari per sport, salute, giovani e quartiere.

Il Coordinatore Attivo della Giornata Scolastica: standard minimo di politica

Ogni scuola dovrebbe identificare un Coordinatore Attivo della Giornata Scolastica. Questo può essere un membro dello staff designato e già esistente piuttosto che un nuovo titolo di lavoro. La leadership scolastica dovrebbe fornire un mandato scritto, tempo di coordinamento protetto, accesso allo sviluppo professionale e un collegamento chiaro con partner municipali o comunitari. Il coordinatore supporta gli insegnanti, collega le routine scolastiche con l'educazione fisica, le pause e i percorsi attivi, affronta le barriere all'inclusione, monitora la partecipazione e riferisce i progressi. La raccomandazione riguarda una funzione che può adattarsi a diversi assetti di governance nazionale; non prescrive un unico modello di impiego.

Test di implementazione: una persona nominata è responsabile? Ha tempo e autorità? Il personale e le famiglie possono trovarla? Esistono routine concordate, partnership e misure di accesso? Altrimenti, il coordinatore esiste solo su carta.

7. Principio Politico 4 — Condividere l'ambizione, localizzare la soluzione

I tre approcci nazionali di EHLA differivano sostanzialmente ma funzionavano da obiettivi e principi comuni. I risultati dello scambio di conoscenze di D3.3 giungono alla stessa conclusione da una direzione diversa: il trasferimento di successo richiede adattamento culturale e feedback locale.

La trasferibilità quindi non va confusa con la replicazione. Le amministrazioni pubbliche possono definire la destinazione — inclusione, movimento quotidiano, qualità, sostenibilità — senza prescrivere ogni attività.

Tieni il nucleo. Cambia la forma.

Azioni politiche

- Co-creare con le persone che realizzeranno e vivranno l'azione.
- Definisci principi comuni e risultati previsti prima di scegliere le attività.
- Il pilota ha trasferito gli approcci localmente prima di scalare.
- Consentire l'adattamento a cultura, infrastrutture, ruoli istituzionali e risorse.
- Creare un apprendimento strutturato tra organizzazioni e paesi.

A coordinator in every school

01 — Secure leadership mandate

A clear responsibility and authority to convene staff.

02 — Connect partners

Link school, families, municipality and local sport.

03 — Equip professionals

Provide tools, training and peer support.

04 — Embed daily routines

Integrate movement into learning, breaks and travel.

05 — Monitor inclusion and reach

Notice who participates and who is missing.

06 — Protect continuity

Build the role into normal plans and budgets.

A named function • mandate • time • training • support

EHLA • D4.2 • FINAL 1.0

ID Progetto: 101184145 Azioni Europee per uno stile di vita sano

Co-funded by the European Union

8. Principio Politico 5 — Investire nelle persone, nel coordinamento e nella capacità di cambiamento

L'implementazione dipende dalle persone. D3.3 è particolarmente forte qui: il cambiamento richiede una visione convincente, leadership visibile, campioni, comunicazione trasparente, formazione pratica, risorse, sistemi di supporto, vittorie precoce e istituzionalizzazione.

Questo rafforza la raccomandazione della Bozza 0.1 di 'investire nelle persone, non solo nei programmi'. Le implicazioni politiche sono più ampie: finanziare l'attività fisica senza capacità di implementazione è incompleto.

Cosa dovrebbero finanziare le amministrazioni pubbliche

- Coordinamento denominato a livello scolastico, municipale o di programma.
- Sviluppo professionale nell'apprendimento attivo, nell'erogazione inclusiva e nel cambiamento comportamentale.
- Materiali pratici per l'inizio e risorse adattabili.
- Reti di apprendimento tra pari e comunità di pratica.
- Tempo di implementazione protetto per i professionisti.
- Scambio di conoscenze locali e mentoring tra siti esperti e nuovi.
- Supporto alla gestione del cambiamento quando le nuove routine influenzano intere le organizzazioni.

D3.3 mette inoltre in guardia contro il cambiamento dipendente dalla personalità. Conoscenza e responsabilità dovrebbero essere distribuite affinché il turnover del personale o la partenza di un campione non interrompano l'iniziativa.

9. Principio Politico 6 — La tecnologia deve guadagnarsi il suo posto

D3.3 descrive il potenziale delle app, delle comunità online, del tracking e della comunicazione digitale, mettendo in guardia contro la novità per il gusto di essere in sé. D3.1 ha inoltre posizionato l'app Active for Health come un elemento di un toolkit di implementazione più ampio. Il ruolo previsto del supporto digitale era quindi legittimo: facilitare comunicazione, coordinamento e coinvolgimento dove aggiungeva valore.

Durante lo svolgimento dell'Active Day di EHLA è stata aggiunta una prospettiva di implementazione più cauta. Le riflessioni dei partner del progetto hanno riferito che l'uso dell'app EHLA poteva richiedere tempo e confusione e che il suo valore aggiunto era limitato nelle impostazioni in cui veniva implementata. Queste osservazioni non dovrebbero essere interpretate come una valutazione formale dell'efficacia dell'utente finale dell'app. Le condizioni di implementazione erano esse stesse subottimali, il che probabilmente influiva sull'adozione e sull'esperienza utente. La lezione politica appropriata è quindi condizionata: gli strumenti digitali dovrebbero essere testati in condizioni realistiche, adeguatamente supportati e giudicati se riducono le barriere o ne creano di più.

> **Il digitale non è automaticamente innovativo. Uno strumento è innovativo solo quando migliora l'esperienza, la portata, la qualità o l'efficienza dell'intervento.**

Azioni politiche

- Inizia dal problema dell'utente e dell'implementazione, non dalla tecnologia.
- Sperimenta strumenti digitali con un piccolo gruppo prima di renderli centrali per la consegna.
- Fornire supporto tecnico di base e proteggere la privacy dei dati.
- Evita la dipendenza digitale dove la stessa funzione può essere evolta in modo più semplice.
- Misura se lo strumento riduce o aumenta il carico di lavoro e l'esclusione.
- Mantieni al centro le relazioni umane, il giudizio professionale e la qualità del programma.

10. Principio Politico 7 — Collegare il movimento allo sviluppo più ampio

L'attività fisica ha valore di per sé, ma EHLA dimostra anche perché può essere una piattaforma per uno sviluppo più ampio. Nei Paesi Bassi, l'apprendimento attivo collegava movimento e istruzione. In Italia, l'attività collegava scuola, famiglia e comunità. In Turchia, lo sport si combinava con l'educazione ai valori, il benessere e le competenze di vita.

Questo non significa che ogni programma di attività fisica debba rivendicare ogni possibile risultato. Significa che le politiche possono intenzionalmente collegare il movimento a obiettivi complementari quando il progetto li supporta.

Azioni politiche

- Allineare gli obiettivi del programma con l'ambiente: apprendimento nelle scuole, connessione nelle comunità, competenze di vita nello sport giovanile.
- Formare professionisti per il ruolo di sviluppo più ampio che ci si aspetta da loro.
- Usa esperienze positive e inclusive invece di modelli basati solo sulle prestazioni.
- Evita di esagerare con risultati che non sono stati misurati.
- Utilizza feedback qualitativo e evidenze di implementazione insieme a indicatori quantitativi.

11. Principio di Politica 8 — Costruire per il Lungo Termine

I progetti pilota sono utili quando generano apprendimento. Sono uno spreco quando la pratica promettente scompare non appena termina il finanziamento temporaneo. Sia i risultati EHLA che D3.3 rendono la sostenibilità una preoccupazione centrale.

D3.3 raccomanda di istituzionalizzare il cambiamento attraverso piani annuali, descrizioni di lavoro, linee di bilancio ricorrenti, routine standard, onboarding e formazione professionale continua. Questa è esattamente la transizione che D4.2 dovrebbe chiedere ai responsabili politici di supportare.

> **Un pilota dimostra la possibilità. La politica deve creare continuità.**

Azioni politiche

- Richiedere un percorso di sostenibilità all'inizio dei progetti pilota finanziati.
- Inserire componenti di successo nei piani annuali, nei ruoli e nelle routine organizzative.
- Crea linee di budget ricorrenti per coordinamento, formazione e materiali essenziali.
- Includere le aspettative di vita attiva nell'onboarding e nello sviluppo professionale.
- Revisiona la mantenimento nel tempo 6–12 mesi dopo l'implementazione e oltre.
- Usa prove di implementazione ed equità — non solo entusiasmo — quando decidi cosa scalare.

11a. Traduzione delle raccomandazioni aggiornate D4.1 in politiche

Il rapporto della Campagna di Sensibilizzazione D4.1 contiene un insieme esplicito di raccomandazioni (Capitolo 8, pp. 29–31). Queste non sostituiscono i dieci messaggi politici di questo White Paper. Ne rafforzano la base di implementazione. D4.1 documenta ciò che i partner raccomandano dopo tre progetti pilota adattati localmente; D4.2 specifica quali decisioni politiche e di finanziamento possono rendere tali lezioni trasferibili e sostenibili.

11a1 Inizia con obiettivi chiari e punti di forza locali esistenti

D4.1 chiede agli attuatori di partire da un'ambizione condivisa, esaminare ciò che già esiste, individuare lacune e migliorare le strutture consolidate piuttosto che costruire automaticamente programmi paralleli. L'Italia offre un esempio particolarmente chiaro: EHLA ha collegato le scuole all'iniziativa affermata Parchi in Movimento e ai parchi pubblici di Verona. L'implicazione politica è richiedere una valutazione locale dei beni e delle barriere prima che i finanziamenti pubblici supportino un nuovo intervento di attività fisica. I comuni e le autorità educative dovrebbero identificare l'offerta esistente, gli spazi disponibili, le organizzazioni affidabili e i gruppi meno serviti; dovrebbero poi giustificare se la risposta appropriata sia rafforzare, collegare, adattare o creare una fornitura.

Strumento politico suggerito: una breve "valutazione locale dell'ambiente attivo" nei piani municipali e negli accordi di partenariato scolastico, con obiettivi espliciti, opportunità di base, lacune di equità e partner responsabili.

11a2 Trasferire componenti efficaci, non programmi nazionali fissi

La raccomandazione 8.2 di D2.3 e il suo capitolo sul Valore Aggiunto Europeo sottolineano che i tre interventi nazionali sono mattoni di costruzione, non modelli pronti per una replica esatta. L'approccio olandese all'apprendimento attivo, la connessione tra parchi scolastici e i materiali turchi sportivi e valori rappresentano diversi meccanismi che possono essere adattati ad altri contesti. L'implicazione politica è finanziare l'adattamento e l'apprendimento tra pari strutturato, specificando obiettivi condivisi e tutelando inclusione, qualità e valutazione dell'implementazione.

Strumento politico suggerito: piccoli finanziamenti per l'adattamento o partnership di apprendimento tra i comuni che richiedano ai richiedenti di descrivere quale principio EHLA stanno trasferendo, cosa deve essere adattato, chi è coinvolto e come sarà valutato il cambiamento. [D4.1, §§8.2, 9.1–9.2; pp. 29–33.]

11a3 Equipaggiare gli implementatori e collegare gli ambienti del bambino

La raccomandazione D2.3 8.3 collega la capacità professionale con gli ambienti intorno al bambino. Nei Paesi Bassi, gli insegnanti sono stati supportati da un breve laboratorio pratico, materiali Beweegbox pronti all'uso e incoraggiamento locale. In Italia, la partecipazione scolastica era collegata a opportunità familiari e di spazi pubblici. In Turchia, gli allenatori hanno utilizzato materiali strutturati per collegare lo sport ai valori e ai temi di uno stile di vita sano. L'implicazione politica è che l'investimento solo nelle attività è insufficiente: finanziare formazione, materiali, coordinamento e relazioni trasversali insieme.

Strumento politico suggerito: un pacchetto minimo di supporto all'implementazione per scuole e fornitori comunitari, composto da responsabilità nominata (che può rientrare in un ruolo esistente), tempo protetto, materiali accessibili, un'introduzione pratica e un collegamento con partner locali. [D4.1, §§3.3, 4.1–4.3, 8.3; pp. 12, 15–20, 30.]

11a4 Rendere la continuazione una condizione di finanziamento fin dall'inizio

La raccomandazione 8.4 di D2.3 afferma esplicitamente che la sostenibilità non dovrebbe essere posticipata fino alla conclusione del progetto pilota. La proprietà, il coordinamento, le risorse, la valutazione e la continuazione locali devono far parte della progettazione iniziale. Ciò rafforza l'enfasi di D3.3 sullo sviluppo delle capacità e il decimo messaggio politico del White Paper. Un finanziamento pubblico dovrebbe quindi richiedere un percorso plausibile dal pilota sostenuto esternamente alla pratica quotidiana, senza presumere che tutte le attività debbano continuare invariate.

Strumento politico suggerito: un piano di continuazione proporzionato nella fase di applicazione, seguito da una revisione di mantenimento nel tempo di sei o dodici mesi che valuti adozione, carico di lavoro, inclusione, integrazione di routine, responsabilità e budget. [D4.1, §8.4; pp. 30–31; D3.3 Programma di Sviluppo delle Capacità.]

11a5 Le quattro decisioni che i decisori politici possono prendere ora

- **Mappa prima del finanziamento —**
  Comune / autorità educativa. Entro 30 giorni, riunire scuole, partner sportivi, sanitari e comunitari per mappare le risorse esistenti e i gruppi svantaggiati.

- **Risorse le persone —**
  Responsabile scolastico / fornitore / finanziatore. Nomina un coordinatore o un ruolo esistente con un mandato; concorda un breve pacchetto di formazione e strumenti pratici.

- **Abilita l'adattamento —**
  Responsabile del programma regionale / nazionale. Invitare proposte che trasferiscano un principio EHLA, non un programma prescritto; richiedono una motivazione locale.

- **Manutenzione del piano —**
  Ente finanziatore / responsabile istituzionale. Concordare le responsabilità, esaminare gli indicatori e una decisione di continuazione prima dell'inizio del progetto pilota.

Queste sono azioni politiche proposte derivate dalle raccomandazioni aggiornate di D4.1, non misure già adottate o dimostrate indipendentemente di efficacia. La loro fattibilità e le implicazioni sulle risorse dovrebbero essere discusse con le amministrazioni competenti.

11a6 Tracciabilità dalle prove alle politiche

Paesi Bassi | Routine scolastiche di supporto

Sfida: il movimento era spesso separato dall'insegnamento quotidiano. Esperienza: apprendimento attivo in quattro scuole primarie, con formazione degli insegnanti e la Beweegbox; sono state raccolte le prospettive di alunni, insegnanti e genitori. Raccomandazione: integrare l'apprendimento attivo attraverso piani per tutta la scuola e supporto pratico degli insegnanti. [D4.1, §§3.3, 4.1, 8.3; pp. 12, 15–16, 30.]

Italia | Ponte tra scuola e comunità

Sfida: l'attività scolastica non prosegue automaticamente fuori dall'orario scolastico. Esperienza: le scuole hanno introdotto i bambini a un programma esistente di parchi pubblici con partner municipali e comunitari. Raccomandazione: utilizzare gli spazi pubblici come risorsa di vita attiva e finanziare i legami scuola–famiglia–comunità. [D4.1, §§4.2, 8.1–8.3; p17–19, 29–30.]

Turchia | Sport come contesto di apprendimento più ampio

Sfida: tradurre valori e obiettivi di benessere in sessioni sportive utilizzabili. Esperienza: gli allenatori hanno utilizzato carte e materiali basati sui giochi nello sport dopo la scuola; l'ultimo sondaggio genitore ha avuto 36 risposte valide e un tasso di risposta del 2,5%. Raccomandazione: fornire risorse strutturate per l'allenatore e valutare con cautela le affermazioni di sviluppo, senza considerare il feedback limitato come rappresentativo. [D4.1, §4.3; p. 20.]

12. Raccomandazioni politiche EHLA da parte degli stakeholder

Decisori politici europei e nazionali

Stabilire obiettivi coerenti tra settori; sostenere politiche per scuole attive e comunità attive; rendere esplicite equità, capacità di implementazione e sostenibilità nei finanziamenti; incoraggiare un coordinamento nominato; finanziare l'apprendimento e la continuazione, oltre a progetti pilota.

Comuni e autorità regionali

Agire come coordinatori in ambito di istruzione, sport, salute, giovani, mobilità e pianificazione spaziale; mappare barriere e asset; proteggere spazi pubblici accessibili; collegare le scuole alle opportunità comunitarie; supportare i coordinatori locali e i bilanci a lungo termine.

Scuole e autorità educative

Trattare il movimento come parte dell'intera giornata scolastica e dell'ambiente di apprendimento; proteggere la qualità dell'educazione fisica estendendo il movimento oltre l'educazione fisica; nominare il coordinamento; formare il personale; coinvolgere alunni e genitori; implementare le fasi a un ritmo che la scuola possa assorbire.

Organizzazioni sportive

Offrire opportunità accessibili e accoglienti; connettersi con scuole e comunità; sviluppare allenatori nella comunicazione, nell'inclusione e nello sviluppo più ampio dei giovani; offrire percorsi per bambini che non si identificano con lo sport competitivo.

Organizzazioni sanitarie e di assistenza giovanile

Riconoscere il movimento come parte della prevenzione e del benessere; aiutare a identificare ostacoli; indirizzare e collegare le famiglie a opportunità locali adeguate; lavorare a monte con scuole e comuni piuttosto che solo con individui.

Famiglie, bambini e comunità

Co-progettare programmi e approcci scolastici; identificare ostacoli e cosa rende la partecipazione piacevole; contribuire a feedback e miglioramento; aiutare a collegare le attività scolastiche con le routine quotidiane della famiglia e della comunità.

Finanziatori e progettisti di programmi

finanziare il coordinamento, la formazione e il supporto all'implementazione; richiedere piani di sostenibilità realistici; evitare di imporre tecnologie senza valore dimostrato; consentire l'adattamento locale proteggendo al contempo i principi fondamentali.

From pilot to lasting policy

01 PREPARE

Agree objectives; map needs and existing strengths.

OUTPUT: baseline and shared mandate

02 DESIGN

Co-create accessible activities; assign coordinator.

OUTPUT: local implementation plan

03 LEARN

Test, listen, adapt; monitor reach and workload.

OUTPUT: improvement decisions

04 EMBED

Allocate budget; train staff; secure partnerships.

OUTPUT: permanent routines and ownership

A practical sequence for schools, municipalities and partners

EHLA • D4.2 • FINAL 1.0

ID Progetto: 101184145 Azioni Europee per uno stile di vita sano

Co-funded by the European Union

13. Dal progetto pilota alla politica: la roadmap per l'implementazione di EHLA

Cinque azioni prioritarie per i primi 90 giorni

Azione prioritaria	Attore principale responsabile	Primo passo pratico
Proprietà del nome	Responsabile della scuola / municipalità / programma	Assegnare un coordinatore all'interno di un ruolo esistente o nuovo e concordare mandato, orario e linea di riferimento.
Mappa il sistema locale	Comune con scuole/partner comunitari	Crea una mappa di una pagina delle iniziative esistenti, delle barriere, dei gruppi svantaggiati e dei dipartimenti/organizzazioni rilevanti.
Concordo su un risultato condiviso	Coalizione locale / leadership	Scegli una priorità misurabile (ad esempio più movimento durante la giornata scolastica o un accesso migliore per un gruppo svantaggiato).
Equipaggiare gli implementatori	Dirigenti scolastici, organizzazioni sportive/comunitarie, finanziatori	Seleziona o crea un piccolo set pratico di partenza e programma la prima sessione di formazione/apprendimento tra pari.
Continuazione del piano prima del lancio	Finanziatore + organizzazione attuatrice	Identificare quale ruolo, linea di budget o routine potrebbe sostenere l'azione dopo il finanziamento del progetto pilota e fissare una data di revisione.

Queste azioni sono volutamente modeste. L'esperienza di EHLA suggerisce che una chiarezza precoce su proprietà, contesto, supporto e continuazione è più utile che lanciare un grande programma prima che il sistema locale sia pronto.

1. Capire —

Mappare i modelli di attività locali, le disuguaglianze, le configurazioni, le risorse, la prontezza organizzativa e le barriere. Ascolta prima di progettare.

2. Costruire la coalizione —

Garantire l'impegno della leadership e creare un gruppo guida che includa implementatori e utenti previsti.

3. Stabilire l'ambizione condivisa —

Definisci cosa dovrebbe cambiare e perché. Collegalo a obiettivi di istruzione, salute, comunità e organizzazione.

4. Progettare localmente —

Seleziona componenti basati su evidenze che si adattino alle routine, alle risorse e alla cultura locale. Decidi cosa deve rimanere costante e cosa può adattarsi.

5. Prepara le persone e gli ambienti —

Nominare coordinatori, formare professionisti, fornire materiali pratici, modificare i programmi e rimuovere ostacoli.

6. Inizia in modo gestibile e impara —

Fasea cambiamenti sostanziali. Crea vittorie iniziali, raccogli feedback e adatta senza perdere l'obiettivo principale.

7. Valutare ciò che conta —

Valuta la portata, l'equità, l'esperienza, l'adozione, la qualità dell'implementazione, i risultati e gli effetti indesiderati — inclusa l'utilità degli strumenti digitali.

8. Istituzionalizzare —

Integrare una pratica di successo in piani, ruoli, budget, routine, onboarding e sviluppo professionale.

9. Scalare con il supporto —

Espandi gradualmente, mantenendo formazione, coordinamento e apprendimento tra i sedi.

10. Rivisitare e rinnovare —

Controlla la mantenimento nel tempo dopo la fine dei finanziamenti e continua a imparare man mano che il personale, le comunità e le circostanze cambiano.

ID Progetto: 101184145 Azioni Europee per uno stile di vita sano

Co-funded by the European Union

Three countries. One ambition.

NETHERLANDS

Movement × Education

Dynamic School Day and active learning; four primary schools; approximately 900 children.

POLICY LESSON Make movement a whole-school routine.

ITALY

Movement × Community

Parchi in Movimento links schools, parks, families and local partners; more than 600 children.

POLICY LESSON Connect school activity to public space.

TÜRKIYE

Movement × Development

After-school sport with values and life skills; 676 and 808 unique children in respective terms.

POLICY LESSON Combine physical activity with intentional developmental goals.

Shared principles • distinct national implementation settings

EHLA • D4.2 • FINAL 1.0

ID Progetto: 101184145 Azioni Europee per uno stile di vita sano

Co-funded by the European Union

14. Tre Paesi — Tre Lezioni di Politica

14.1 Paesi Bassi — Movimento × Istruzione

Il progetto pilota olandese ha utilizzato il Dynamic School Day e l'apprendimento attivo in quattro scuole primarie, raggiungendo circa 900 bambini. L'esperienza di implementazione rafforza l'importanza di introdurre l'apprendimento attivo passo dopo passo, rispettando il ritmo e la fiducia degli insegnanti e fornendo materiali pratici.

Lezione di politica: l'apprendimento attivo non è un trucco in classe. È un processo di cambiamento organizzativo. La politica educativa dovrebbe supportare l'implementazione a livello di tutta la scuola, lo sviluppo degli insegnanti, strumenti pratici e coordinamento nominato.

14.2 Italia — Movimento × Comunità

Parchi in Movimento ha collegato le scuole con parchi pubblici, coach comunitari e strutture municipali coinvolgendo più di 600 bambini. D3.3 utilizza anche Verona come esempio di comunicazione, accessibilità, cooperazione multistakeholder e allineamento politico.

Lezione di politica: lo spazio pubblico diventa una risorsa sanitaria quando i comuni lo collegano deliberatamente a scuole, famiglie, comunicazioni e organizzazioni comunitarie. L'accesso libero o a bassa barriera fa parte dell'intervento, non è solo un dettaglio promozionale.

14.3 Turchia — Movimento × Sviluppo Personale

L'intervento turco ha combinato sport e attività fisica con Cultura Sportiva e Educazione ai Valori. L'uso di carte strutturate e materiali pratici è di per sé una lezione di applicazione: i valori e i temi di uno stile di vita sano diventano più facili da utilizzare per gli allenatori quando si traducono in risorse concrete per le sessioni.

Lezione di politica: lo sport organizzato può essere un contesto per uno sviluppo più ampio del bambino quando gli allenatori sono preparati e gli obiettivi di sviluppo sono intenzionali. Il feedback positivo dei genitori è incoraggiante, ma il basso tasso di risposta fa sì che questi risultati rimangano indicative piuttosto che rappresentative.

Movement across the life course

CHILDREN

Active learning, play, active journeys, family links.

EVIDENCE: Direct EHLA pilot basis

ADOLESCENTS

Choice, belonging, youth work and accessible sport.

EVIDENCE: Broader EHLA guidance

ADULTS

Workplaces, active travel, neighbourhood opportunity.

EVIDENCE: Policy extrapolation

OLDER ADULTS

Accessible activity, social connection, independence.

EVIDENCE: D3.3 capacity-building guidance

Policy translation with transparent evidence limits

EHLA • D4.2 • FINAL 1.0

ID Progetto: 101184145 Azioni Europee per uno stile di vita sano

Co-funded by the European Union

15. Oltre l'infanzia: cosa può dire EHLA responsabilmente

La descrizione del compito D4.2 richiede raccomandazioni politiche dall'infanzia fino all'età avanzata. EHLA dovrebbe raggiungere questa ambizione senza fingere che le sue prove pilota siano altrettanto solide in tutto il corso della vita.

D3.3 fornisce indicazioni pratiche utili per gli anziani: adattare l'intensità e il tipo di attività; rendere la connessione sociale parte del progetto; affrontare la paura, i trasporti e le barriere sanitarie; enfatizzare benefici funzionali come l'indipendenza; e collegare i programmi comunitari con l'assistenza sanitaria e le istituzioni locale affidabili.

Queste lezioni supportano un principio politico più ampio dell'EHLA: la politica di vita attiva dovrebbe essere sensibile al corso della vita. I meccanismi — contesti accessibili, supporto sociale, professionisti di fiducia, basse barriere, proprietà locale e continuità — rimangono rilevanti, ma l'erogazione dovrebbe essere adattata all'età, alle capacità, alla motivazione e al contesto.

Un'ambizione politica può abbracciare tutto il corso della vita. L'intervento non dovrebbe.

Measure what matters

REACH

Who takes part? Who is missing? Equity breakdown.

EFFECTIVENESS

Enjoyment, wellbeing and meaningful outcomes.

ADOPTION

Which schools and partners adopt the approach?

IMPLEMENTATION

Quality, adaptation, resources and staff workload.

MAINTENANCE

Which routines and budgets remain after the pilot?

RE-AIM-informed learning beyond headline participation totals

ID Progetto: 101184145 Azioni Europee per uno stile di vita sano

Co-funded by the European Union

16. Misurare ciò che conta

I responsabili politici hanno bisogno di più dei semplici totali di partecipazione. EHLA raccomanda un approccio pragmatico di valutazione ispirato a RE-AIM: Reach, Efficacia, Adozione, Implementazione e Manutenzione. D3.3 aggiunge una prospettiva organizzativa: il monitoraggio dovrebbe anche aiutare a gestire il cambiamento, dimostrare i primi successi e identificare dove il personale necessita di supporto.

Domanda	Cosa esaminare	Esempi
Chi abbiamo raggiunto?	Portata ed equità	Genere, gruppi socioeconomici, disabilità, aree locali, gruppi meno attivi
Cosa hanno vissuto le persone?	Accettabilità e coinvolgimento	Piacere, fiducia, appartenenza, percepita rilevanza
Cosa è cambiato?	Segnali di risultato	Movimento, apprendimento, benessere, connessione sociale, risultati funzionali quando rilevanti
Chi l'ha adottata?	Adozione organizzativa	Scuole, squadre, dipartimenti, organizzazioni comunitarie
È stato eseguito bene?	Implementazione	Formazione, ruolo del coordinatore, carico di lavoro, materiali, adattamenti, barriere
La tecnologia ha aiutato?	Valore aggiunto digitale	Utilità, confusione, carico di lavoro, inclusione, qualità dei dati
È durato?	Manutenzione	Continuazione, resilienza al turnover del personale, routine, politiche, bilanci dopo 6–12 mesi

Una questione centrale sull'equità dovrebbe accompagnare ogni fase: chi non ne beneficia ancora e cosa deve cambiare?

Riferimenti selezionati di politiche e progetti

EHLA (2025). D2.1 Rapporto di Analisi Stato-Tecnologica, v1.0. Superare i sistemi sportivi. In particolare pp. 4–6, 10–13, 18–27.

EHLA. linea guida D3.1; Applicazione Mobile D3.2 – Attiva per la Salute; Programma di Rafforzamento delle Capacità D3.3; Campagna di Sensibilizzazione D4.1; Risultati EHLA. Consulta i deliverable del progetto per la metodologia e i dettagli a livello nazionale.

Organizzazione Mondiale della Sanità (2018). Piano d'azione globale sull'attività fisica 2018–2030: Persone più attive per un mondo più sano. https://www.who.int/initiatives/gappa/action-plan

Organizzazione Mondiale della Sanità (2020). Linee guida OMS sull'attività fisica e il comportamento sedentario. https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128

Commissione Europea (2008). Linee guida UE sull'attività fisica. https://health.ec.europa.eu/publications/eu-physical-activity-guidelines_en

Consiglio dell'Unione Europea (2013). Consiglio Raccomandazione sulla promozione dell'attività fisica migliorante per la salute in diversi settori. https://health.ec.europa.eu/publications/council-recommendation-promoting-health-enhancing-physical-activity-across-sectors_en

Ufficio regionale dell'OMS per l'Europa e la Commissione Europea (2024). Attività fisica migliorante per la salute nell'Unione Europea, 2024. Discusso in EHLA D2.1, pp. 4–6.

Make active living normal

STOP FUNDING ONLY ISOLATED ACTIVITIES.

START BUILDING ACTIVE EVERYDAY SYSTEMS.

DESIGN

Remove cost, access, safety and confidence barriers.

COORDINATE

Designate an Active School Day Coordinator in every school.

EQUIP

Give professionals time, tools and support.

SUSTAIN

Embed routines, shared ownership, monitoring and budgets.

A European call to action for durable, inclusive environments

EHLA • D4.2 • FINAL 1.0

ID Progetto: 101184145 Azioni Europee per uno stile di vita sano

Co-funded by the European Union

17. L'Appello all'Azione dell'EHLA

17.1 Come il contributo degli stakeholder si riflette nelle raccomandazioni

Le raccomandazioni in questo documento si basano su tre tipi di input degli stakeholder già documentati all'interno di EHLA: (1) feedback di valutazione da parte di bambini, insegnanti/coach e genitori nel lavoro dell'Active Day; (2) esperienza di implementazione da parte di scuole, coach comunitari, collaborazione municipale e partner di progetto; e (3) riflessione del consorzio raccolta attraverso EHLA Outcomes e attività di apprendimento di progetto, inclusi webinar.

Questo contributo è visibile nei cambiamenti concreti alle raccomandazioni politiche. L'esperienza degli insegnanti e dell'implementazione sostiene l'enfasi sugli strumenti pratici e il cambiamento graduale; l'esperienza nelle partnership locali sostiene il coordinamento e l'adattamento tra settori; le prospettive genitore/figlio rafforzano l'accessibilità e l'esperienza positiva; e la riflessione dei partner rafforza le raccomandazioni su coordinamento, sostenibilità e uso cauto degli strumenti digitali.

EHLA è iniziata con una sfida pratica: come può la conoscenza degli stili di vita sani e attivi diventare azione nei luoghi in cui le persone vivono, imparano, giocano e si connettono?

L'esperienza del progetto si allontana dalla ricerca di un intervento perfetto. Il cambiamento duraturo deriva dai sistemi che rendono la vita attiva più facile: scuole che integrano il movimento nella giornata; spazi pubblici che invitano alla partecipazione; sport che sviluppano la persona nella sua interezza; professionisti che hanno le competenze e gli strumenti per agire; e le amministrazioni pubbliche che collegano i settori invece di considerare l'attività fisica come responsabilità altrui.

> **Il prossimo passo non è un'altra campagna che invita le persone a muoversi. Il prossimo passo è rendere il movimento più facile da scegliere — e più difficile da ignorare per i sistemi.**

EHLA invita quindi le autorità pubbliche a passare da attività temporanee a ambienti attivi duraturi: condividere l'ambizione, progettare per l'inclusione, localizzare la soluzione, coordinare il cambiamento, fornire professionisti, utilizzare la tecnologia solo dove aggiunge valore, misurare ciò che conta e finanziare la continuazione.

Ogni mossa conta. Ogni stakeholder conta. E ogni scelta politica può aiutare a rendere la vita attiva più normale, più inclusiva e più sostenibile.