ACTIVEFORHEALTH.EU



RAPPORTO SULL'ANALISI SULLO STATO DELL'ARTE

30 giugno 2025

COORDINATORE: SURPASS SPORT SYSTEMS

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Co-funded by the European Union

Panoramica

Il presente rapporto, parte integrante del progetto EHLA, mira non solo a sintetizzare lo stato dell'inattività fisica nei paesi coinvolti nel progetto nel contesto più ampio dell'UE, sulla base dei

dati emersi dagli ultimi studi dell'OMS, ma anche a offrire una prospettiva della società civile nel suo ruolo di monitoraggio e sostegno, esortando le istituzioni pubbliche nazionali e gli altri soggetti interessati a svolgere attivamente il proprio ruolo nella promozione dell'attività fisica salutare.

Questo è, infatti, uno degli obiettivi del progetto EHLA: fornire un aggiornamento sul contesto e sull'analisi dei bisogni presentati nella proposta di progetto presentata al bando, che faceva riferimento ai dati disponibili al momento.

Come previsto dal progetto, le organizzazioni partner hanno contribuito alla relazione fornendo informazioni e prospettive delle loro associazioni sullo stato attuale della promozione dell'attività fisica nei loro paesi e sulle iniziative di sostegno che hanno promosso, sollecitando le istituzioni e le altre parti interessate a sviluppare azioni più efficaci.

Per questo motivo, la presente relazione fornisce anche una selezione di buone pratiche individuate e proposte dalle organizzazioni partner per proporre modelli più efficaci per l'attività fisica dei cittadini europei.

Ci auguriamo che il rapporto contribuisca allo sviluppo di iniziative e azioni integrate, trasversali e multisettoriali per promuovere l'attuazione di misure volte a promuovere l'attività fisica in Europa nei nostri paesi e, più in generale, nell'Unione europea, sostenendo l'UE e l'Organizzazione mondiale della sanità (OMS).

Presentato da

Adrian Geissel, Surpass Sport Systems Ltd. (Ireland)

Jean-Claude Coubard, European Healthy Lifestyle Alliance (Belgium)

Raffaella Chiodo Karpinsky, Unione Italiana Sport Per Tutti (Italy)

Maarten Gijssel, Kinetic Analysis B.V. (Netherlands)

Tümay Erdil, Spor Istanbul (Türkiye)

Hans Derks, Sport Drenthe (Netherlands)

Indice

Panoramica 2

Indice 3

Cronologia delle revisioni 3

Contesto e obiettivi generali 4

Indagine sulle misure innovative..... 10

Stato dell'arte 18

Opinioni, prospettive e previsioni..... 22

Progetti correlati... 28

Riferimenti aggiuntivi..... 31

Appendice 1: Misure innovative identificate 34

Appendice 2: Organizzazioni partner 60

Cronologia delle revisioni

Versione	Date	Autore-i	Commenti
1.0	31 July 2025	RCK, AG	Versione iniziale del documento

Contesto e obiettivi generali

Il progetto condurrà tre test pilota per replicare le tre misure più innovative volte a promuovere l'attività fisica tra i bambini di età compresa tra i 6 e i 12 anni. Le scuole primarie saranno il contesto in cui si svolgeranno i test pilota.

Il progetto si basa su un approccio olistico, promuovendo i legami con le famiglie e la comunità in senso lato. Il progetto EHLA combina attività rivolte ai bambini a scuola e interviene anche al di fuori della scuola: genitori, centri medici, organizzazioni sportive, organizzazioni per l'infanzia, PMI, pubblica amministrazione, ecc.

L'obiettivo principale di questo progetto è quello di entrare in contatto con i bambini e le loro famiglie, per un'esperienza positiva attraverso l'attività fisica combinata con l'educazione a mangiare bene e evitare cibi e bevande altamente trasformati, il tutto per uno stile di vita più sano e attivo.

Quadri di misurazione di riferimento

Oltre alle importanti indicazioni emerse dalle precedenti linee guida della Commissione Europea e dell'Organizzazione Mondiale della Sanità relative alla promozione dell'attività fisica salutare per il benessere psicofisico e sociale dei cittadini europei, tra cui il Piano d'azione globale sull'attività fisica (2018-2030) e le Linee guida dell'OMS sull'attività fisica e il comportamento sedentario (2020), è stato recentemente realizzato un altro importante strumento di riferimento. Si tratta di uno strumento importante per ottenere un quadro dello stato dell'arte in Europa e possibilmente adottare misure conseguenti per affrontare l'inattività fisica.

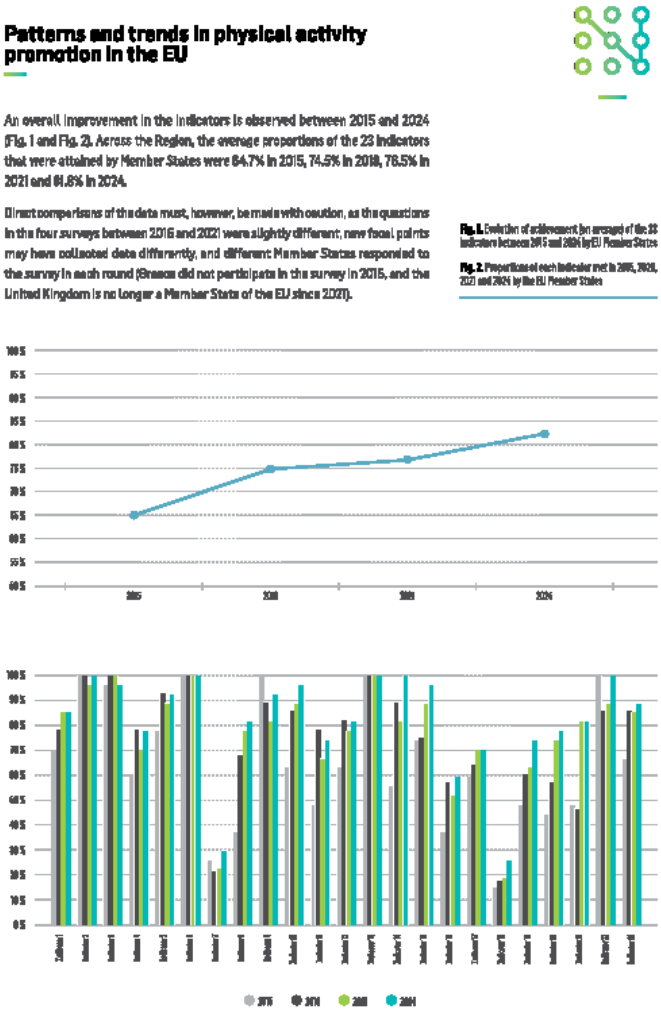
Questo nuovo strumento di riferimento per tutte le parti interessate coinvolte nella promozione dell'attività fisica è descritto nella recente relazione: "Healthy Physical Activity in the European Union, 2024",pubblicata dall'Ufficio dell'OMS per l'Europa in collaborazione con la Commissione europea.

Fornisce i dati più recenti sull'attività fisica nell'UE e analizza i progressi compiuti nel rendere l'attività fisica salutare parte integrante della vita delle persone. La relazione presenta i risultati del quadro di monitoraggio dell'attività fisica correlata alla salute condotto negli Stati membri dell'Unione europea nel 2024, aggiornando le informazioni pubblicate nel 2015, 2018 e 2021, e rivela un miglioramento nell'attuazione delle politiche di attività fisica nell'UE tra il 2015 e il 2024.

Lo studio fornisce inoltre informazioni aggregate su 23 indicatori che riflettono un approccio globale alla promozione dell'attività fisica a livello nazionale e monitorano l'attuazione delle Linee guida dell'Unione europea sull'attività fisica. Tra il 2015 e il 2024 si è registrato un miglioramento complessivo nell'attuazione degli indicatori. Ad esempio, la percentuale media dei 23 indicatori raggiunti dagli Stati membri è aumentata dal 64,7% (nel 2015) all'81,8% nel 2024. Questo progresso indica un crescente impegno globale nella promozione dell'attività fisica come componente fondamentale della salute pubblica.

Ciononostante, nonostante l'aumento dello sviluppo e dell'attuazione delle politiche, gli ultimi dati disponibili dell'OMS sui livelli di attività fisica mostrano che la prevalenza globale di attività fisica insufficiente è del 31,3%. Se queste tendenze continueranno, l'obiettivo del Piano d'azione globale dell'OMS sull'attività fisica 2018-2030 di ridurre del 15% l'inattività fisica non sarà raggiunto nella maggior parte dei paesi.

Il rapporto dell'OMS include una sintesi delle politiche nazionali e dei piani d'azione per promuovere l'attività fisica nell'UE e ribadisce le dichiarazioni contenute nel Piano d'azione globale per l'attività fisica, sottolineando l'importanza di adottare approcci che coinvolgano diversi settori, quali la sanità, l'istruzione, lo sport, la pianificazione urbana e i trasporti.



Rapporto dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS)

Dall'ultimo rapporto dell'OMS "Attività fisica salutare nell'Unione Europea, 2024":

Gli ultimi dati disponibili pubblicati dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) sulla sorveglianza dell'attività fisica negli adulti hanno mostrato che la prevalenza globale standardizzata per età dell'attività fisica insufficiente era del 31,3% nel 2022, con un aumento rispetto al 23,4% del 2000 (1). Se la tendenza dovesse continuare, l'obiettivo globale di una riduzione relativa del 15% tra il 2010 e il 2030 non sarà raggiunto (2).

I dati sulla pratica sportiva e sull'attività fisica negli Stati membri dell'UE (3) hanno mostrato che il 45% degli europei (di età superiore ai 15 anni) ha dichiarato di non fare mai esercizio fisico o praticare sport, con un aumento rispetto al 39% del 2009. Un ulteriore 31% ha dichiarato di non praticare mai altre attività fisiche (cioè attività fisiche ricreative o non legate allo sport). I dati sono tuttavia eterogenei tra i vari paesi; 12 paesi dell'UE sembrano essere sulla buona strada (con un alto grado di certezza) per ridurre i livelli insufficienti di attività fisica entro il 2030 (1), indicando che gli investimenti in politiche volte a promuovere l'attività fisica possono essere efficaci.

Sono state avviate una serie di iniziative politiche globali e regionali per contrastare l'insufficiente attività fisica, tra cui il Piano d'azione globale dell'OMS per la prevenzione e il controllo delle malattie non trasmissibili 2023-2030 (2), le Linee guida dell'UE sull'attività fisica (4), la Raccomandazione del Consiglio dell'UE sulla promozione dell'attività fisica salutare (HEPA) in tutti i settori (5), la Strategia sull'attività fisica per la regione europea dell'OMS 2016-2025 (6) e il Piano d'azione globale dell'OMS sull'attività fisica 2018- 2030 (7).

La Direzione generale dell'Istruzione, della gioventù, dello sport e della cultura della Commissione europea e l'Ufficio regionale dell'OMS per l'Europa hanno sostenuto un progetto di collaborazione volto a istituire ed estendere il monitoraggio e la sorveglianza dell'HEPA negli Stati membri dell'UE della regione europea dell'OMS. Nell'ambito di tale collaborazione, dal 2014 sono stati nominati dei punti focali in tutti gli Stati membri dell'UE per fornire e convalidare i dati nazionali sull'attività fisica. La rete dei punti focali dell'UE per l'attività fisica si riunisce almeno due volte all'anno per condividere le migliori pratiche e pianificare attività volte a promuovere l'attività fisica nell'UE.

La Strategia per l'attività fisica nella regione europea dell'OMS 2016-2025 (6) è stata concepita per aiutare i paesi ad aumentare i livelli di attività fisica della popolazione. Essa fornisce ispirazione ai governi e alle parti interessate in materia di politiche in quattro settori: (i) fornire leadership e coordinamento; (ii) sostenere lo sviluppo dei bambini e degli adolescenti; (iii) promuovere l'attività fisica tra gli adulti e gli anziani; e (iv) sostenere l'azione attraverso il monitoraggio, la sorveglianza, la fornitura di strumenti, la creazione di piattaforme, la valutazione e la ricerca.

La collaborazione tra l'Ufficio regionale dell'OMS per l'Europa, la Commissione europea e gli Stati membri dell'UE facilita il monitoraggio dell'attuazione di queste strategie. Gli

investimenti in politiche volte a promuovere gli spostamenti a piedi, in bicicletta, lo sport, le attività ricreative attive e il gioco possono contribuire direttamente al raggiungimento di molti degli Obiettivi di sviluppo sostenibile (SDG) per il 2030 (8), come l'SDG3 (buona salute e benessere), l'SDG2 (porre fine a tutte le forme di malnutrizione), SDG4 (istruzione di qualità), SDG5 (uguaglianza di genere), SDG8 (lavoro dignitoso e crescita economica), SDG9 (industria, innovazione e infrastrutture), SDG10 (riduzione delle disuguaglianze), SDG11 (città e comunità sostenibili), SDG12 (produzione e consumo responsabili), SDG13 (azione per il clima), SDG15 (vita sulla terra), SDG16 (pace, giustizia e istituzioni solide) e SDG17 (partenariati).

La presente relazione illustra una sintesi dei risultati del quadro di monitoraggio HEPA dell'UE nel 2024 (9), consentendo l'analisi delle tendenze nell'attuazione delle politiche nell'UE dal 2015 (10), 2018 (11) e 2021 (12).

Motivazione del progetto

Dalla proposta di progetto presentata al bando:

In Europa il 50% degli adulti è in sovrappeso e il 20% è obeso. Lo stile di vita sedentario e i cambiamenti alimentari giocano un ruolo innegabile nell'insorgenza dell'obesità. Questa condizione porta al diabete di tipo 2, alle malattie cardiovascolari, ad alcune forme di cancro e alla disfunzione cognitiva. Si tratta di malattie croniche sociali che rappresentano un vero e proprio problema di salute pubblica a livello europeo. L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) (2019) raccomanda almeno 150 minuti di attività moderata o 70 minuti di attività intensa a settimana per ottenere benefici per la salute. Diversi studi sottolineano che l'attività fisica contribuisce a migliorare la composizione corporea, l'immagine, il livello metabolico e la capacità cardio-respiratoria, aiutando a prevenire malattie come la morbilità, l'ipertensione, ecc. (González-Carcelen et al., 2018; Jodra et al., 2019) e produce anche un effetto psicologico positivo che contribuisce a ridurre i livelli di ansia e depressione (Chan et al., 2019).

Il sovrappeso e l'obesità tra i bambini rimangono una delle principali sfide per la salute pubblica. Ciò è particolarmente preoccupante poiché diversi studi dimostrano che "un peso corporeo malsano nei primi anni di vita può aumentare il rischio di obesità e malattie non trasmissibili in età avanzata" (OMS, 2008). Il comportamento sedentario è associato a una vasta gamma di conseguenze negative per la salute fisica, psicologica e socio-emotiva. I bambini obesi sono maggiormente a rischio di diabete di tipo 2, asma, disturbi del sonno, problemi muscoloscheletrici e future malattie cardiovascolari, nonché assenze scolastiche, problemi psicologici e isolamento sociale. Sono quindi necessarie azioni preventive per invertire le tendenze attuali (OMS, 2017). L'attività fisica può quindi contribuire alla prevenzione e alla gestione delle malattie e riduce i sintomi della depressione e dell'ansia, migliorando il benessere generale.

Lo stile di vita sedentario è anche correlato alle caratteristiche ambientali ed espone a un pregiudizio di genere. È importante sottolineare che i ragazzi continuano ad essere significativamente più attivi delle ragazze nella maggior parte dei paesi europei, il che suggerisce un pregiudizio di genere a favore dei ragazzi. Il tempo che le ragazze dedicano all'attività fisica diminuisce durante l'adolescenza. Inoltre, Diversi studi sottolineano che il sovrappeso e l'obesità tra i bambini hanno una relazione diretta con vari indicatori socioeconomici quali le risorse finanziarie, la situazione professionale e il fatto di vivere in aree economicamente svantaggiate (indagine INCA 2 (2006/2007). Feur et al. (31) hanno dimostrato che l'obesità tra i giovani di età compresa tra i 10 e i 18 anni è più frequente quando la situazione professionale dei genitori è precaria e quando il budget destinato all'alimentazione è limitato. L'inattività fisica è aumentata a causa del COVID-19. Nonostante le restrizioni alla mobilità siano state eliminate nei paesi europei e i centri sportivi siano aperti, il livello di inattività è inferiore a quello precedente alla pandemia. Gli esperti osservano che il COVID-19 sta contribuendo ad aumentare l'inattività delle persone e i rischi per la salute mentale legati alla solitudine e all'ansia. In queste condizioni, la necessità di garantire uno stile di vita sano e attivo è una priorità

La Commissione europea afferma che "lo sport rappresenta una parte integrante della vita di milioni di europei" e che "lo sport è quindi una parte fondamentale di ciò che significa essere europei". Diversi studi concordano sul fatto che vi sono prove che la pratica sportiva è associata a un miglioramento della salute sociale e psicologica, indipendentemente dal tipo di sport di squadra, dall'età, dai problemi somatici o di salute mentale. Inoltre, lo Youth Sport Trust afferma che "la partecipazione ad attività fisiche e sportive offre l'opportunità di costruire relazioni sociali nella vita reale, con la possibilità di lavorare in squadra e di incontrare persone al di fuori delle nostre cerchie sociali abituali. Può aiutare i bambini e i giovani a sviluppare abilità sociali, autostima e comportamenti pro-sociali".

Inoltre, promuovere l'attività fisica come strumento per la salute e il benessere è fondamentale per il raggiungimento degli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile e per l'attuazione del Programma di lavoro europeo dell'OMS 2020-2025 - "Azione congiunta per una salute migliore".

Nonostante diverse campagne sanitarie generali sui benefici dell'attività fisica, queste campagne hanno avuto un impatto e un successo limitati e dimostrano un divario tra il discorso (teoria) e la pratica (aumento dell'attività fisica). Il progetto mira a colmare questo divario sensibilizzando da un punto di vista pratico, aiutando la comunità sanitaria e sportiva a incorporare iniziative di successo . Pertanto, il progetto mira a identificare e analizzare le tre misure più innovative per promuovere l'attività fisica e definire una metodologia per facilitare l'integrazione di tali misure nelle attività e nelle strategie delle parti interessate. Questo metodo e le misure innovative saranno testati e diffusi attraverso l'organizzazione di una campagna di sensibilizzazione con l'obiettivo di aumentare la consapevolezza sull'attività fisica. Pertanto, la campagna mira a presentare prove ed esplorare le esperienze acquisite attraverso diverse iniziative e migliori pratiche.

Il progetto condurrà tre test pilota per replicare le tre misure più innovative volte a promuovere l'attività fisica tra i bambini di età compresa tra i 6 e i 12 anni. Le scuole

primarie saranno il contesto in cui si svolgerà il test pilota. Il progetto si basa su un approccio comprensibile, che promuove i legami con le famiglie e la comunità in generale. Il progetto EHLA combina attività rivolte ai bambini a scuola e interviene anche al di fuori della scuola: genitori, centri medici, organizzazioni sportive, organizzazioni per l'infanzia, PMI, pubblica amministrazione, ecc.

Stabilire modelli di attività fisica salutari durante l'infanzia contribuisce a formare abitudini che durano per tutta l'adolescenza e l'età adulta. In questo contesto, le scuole sono un ambiente fondamentale per incoraggiare l'attività fisica. Inoltre, l'ambiente in cui i bambini crescono ha un impatto cruciale sulla loro vita da adulti e può promuovere uno stile di vita sedentario o attivo. La scuola svolge un ruolo importante nell'aiutare i bambini a diventare adulti e l'educazione alla salute fa parte del processo di apprendimento. Secondo l'OMS, "l'educazione alla salute è la combinazione di azioni sociali pianificate ed esperienze di apprendimento progettate per consentire alle persone di acquisire il controllo sui determinanti della salute e sui comportamenti salutari, nonché sulle condizioni che influenzano il loro stato di salute e quello degli altri" (OMS, 2022).

Il progetto EHLA mira a sviluppare un approccio multisettoriale e transnazionale completo per promuovere l'attività fisica tra i bambini nel modo più efficace, contribuendo a rendere la popolazione europea più attiva e sana.

Indagine sulle misure innovative

Metodologia di identificazione

Un compito fondamentale di questo progetto è quello di catalogare le misure innovative adottate dai partner del progetto per comprendere meglio i diversi approcci, spesso regionali, con l'obiettivo di condividere pratiche e approcci volti a incoraggiare l'attività fisica.

Il secondo scopo di questo compito è quello di applicare le conoscenze e l'esperienza dei partner nella selezione di un massimo di 3 misure di questo tipo che possano essere adattate per l'uso nella fase pilota del progetto.

Il catalogo delle misure innovative è stato compilato utilizzando un modello strutturato, compilato online, in cui i partner potevano inserire i dettagli relativi alla misura.

I campi chiave inclusi in questo processo di acquisizione dei dati sono:

- • Nome della pratica, sintesi, organizzatore e sito web
- • Tipo di pratica, durata, ambiente e sport
- • Paese/regione
- • Partecipanti target, risultato target, livello di esperienza e inclusività
- • Numero di partecipanti, volontari e personale
- Registration Cost, Participation Incentive
- Barriers to Engagement, Success Rating, Likelihood to Repeat
- Costo di iscrizione, incentivo alla partecipazione
- Ostacoli alla partecipazione, valutazione del successo, probabilità di ripetizione

L'appendice 1 include tutte le misure innovative identificate da questo processo, che a loro volta sono state valutate utilizzando la metodologia di selezione descritta nella sezione successiva. Una misura aggiuntiva è stata registrata dopo il completamento del processo di valutazione.

Metodologia di selezione

La sfida di selezionare tre (3) misure innovative da includere potenzialmente nel progetto pilota inizia con la raccolta di un campione rappresentativo di misure provenienti da tutta Europa. Queste misure sono catalogate in dettaglio nell'Appendice 1: Misure innovative identificate.

La metodologia di selezione invita lo staff designato dai partner del progetto a esaminare la raccolta di misure innovative in preparazione alla valutazione di ciascuna misura in base a 4 valori di rating, descritti di seguito.

a) Applicabilità

> Obiettivo pilota del progetto rivolto ai bambini in età scolare primaria.
>
> In particolare, tale valutazione dovrebbe tenere conto della complessità tecnica, delladurata e dei requisiti in termini di attrezzature.

b) Innovazione

Un indicatore della novità e dell'innovazione all'interno della misura identificata. Questa valutazione dovrebbe considerare il quadro di attuazione, l'inventiva, la portata dell'adozione, l'accessibilità e l'inclusione e, in generale, come la misura è strutturata e attuata.

c) Ostacoli

Potenziali ostacoli alla misura nel raggiungere i bambini in età scolare primaria. La valutazione dovrebbe assegnare un punteggio tenendo conto anche dei finanziamenti, della motivazione dei partecipanti, della formazione degli allenatori/volontari e dei requisiti in termini di attrezzature o strutture specializzate.

d) Praticità

Stabilire quanto la misura sia adatta ad essere inclusa nel progetto pilota. Le considerazioni mirano a garantire che la portata e l'ambizione della misura possano essere adattate al programma pilota del progetto, con particolare riferimento al tempo di preparazione, alla formazione degli insegnanti e alla valutazione dell'impatto.

e) Preferenze

Inoltre, è incluso un punteggio di preferenza per aiutare a risolvere una potenziale situazione di parità. Ogni valutazione funziona come una scala lineare a 5 punti, dove 1 rappresenta il punteggio più basso e 5 quello più alto.

I punteggi sono stati raccolti da ciascun partner utilizzando un questionario online privato, con le risposte successivamente trasferite su un foglio di calcolo per facilitare il calcolo di un punteggio per ciascuno dei valori di valutazione, distribuiti attorno al valore numerico 3 che rappresenta la media.

La formula utilizzata per determinare i punteggi è la seguente:

$$s_r = \frac{(n_1 \times 1) + (n_2 \times 2) + (n_3 \times 3) + (n_4 \times 4) + (n_5 \times 5)}{n}$$

dove

s_r è il punteggio per il valore di valutazione “r”

n_x è il numero di risposte per il valore di risposta di valutazione “x”

I punteggi dei valori di valutazione vengono combinati utilizzando la seguente formula:

$$s_{Applicabilità} + s_{Innovazione} - 1{,}5 * s_{Ostacoli} + 1{,}5 * s_{Praticità}$$

con l'intento di privilegiare positivamente la praticità e di adeguare negativamente gli ostacoli.

Co-funded by the European Union

Risultati

I risultati della valutazione e della classificazione delle misure innovative individuate hanno portato alla selezione delle seguenti tre misure, che passeranno ora alla fase di preparazione del programma pilota:

M04 - Finnish Schools on the Move

M07 - BASE

M17 - Parchi in movimento

I punteggi complessivi e combinati per ciascuna misura sono riportati nella tabella seguente.

SOMMARIO DEI PUNTEGGI

Measure	Total	Preference
M04 - Finnish Schools on the Move	**10.93**	**3.86**
M07 - BASE	**9.07**	**3.43**
M17 - Parchi in movimento	**8.655**	**3.57**
M13 - Outdoor Exercises	**8.57**	**3.29**
M02 - Jump In	**8.515**	**3**
M03 - AHWA	**7.645**	**3.14**
M09 - Drenthe Bewegt	**7.435**	**3.29**
M08 - Start to Move	**7.28**	**2.71**
M01 - Parkrun	**6.72**	**3**
M12 - Rebel Run a Mile	**6.645**	**2.71**
M16 - Students get 50% off sport	**5.995**	**2.14**
M05 - Bicibús	**5.575**	**2.71**
M14 - Home Exercise Programme	**5.57**	**2.71**
M06 - National Action Against Childhood Obesity	**5.14**	**2.43**
M15 - Exercise for just 1	**5.135**	**2.75**
M10 - Outdoor Activator Programme	**4.21**	**2.57**
M11 - The Banner Challenge	**4.005**	**2.14**

Le seguenti tabelle riportano i punteggi per ciascuna misura in base ai valori di valutazione.

Sommario dei punteggi sull'Applicabilità

Measure	Applicability					
	1	2	3	4	5	Score
M04 - Finnish Schools on the Move				4	3	4.43
M02 - Jump In			1	2	4	4.43
M03 - AHWA			1	2	4	4.43
M01 - Parkrun	1		1	2	3	3.86
M07 - BASE			2	5		3.71
M05 - Bicibús		1	2	3	1	3.57
M17 - Parchi in movimento		1	2	4		3.43
M09 - Drenthe Bewegt		1	2	4		3.43
M06 - National Action Against Childhood Obesity	1		2	3	1	3.43
M13 - Outdoor Exercises	1		3	2	1	3.29
M16 - Students get 50% off sport		3	2		2	3.14
M08 - Start to Move		1	5	1		3
M12 - Rebel Run a Mile	1	1	1	3		3
M14 - Home Exercise Programme	1	1	4		1	2.86
M11 - The Banner Challenge	1	2	2	2		2.71
M15 - Exercise for just 1	3	1	1	1	1	2.43
M10 - Outdoor Activator Programme	1	2	4			2.43

Sommario Punteggi sulla - Innovazione

Measure	Innovation					
	1	2	3	4	5	Score
M02 - Jump In			3	2	2	3.86
M03 - AHWA		1	2	1	3	3.86
M07 - BASE			2	4	1	3.86
M08 - Start to Move			3	2	2	3.86
M04 - Finnish Schools on the Move			3	3	1	3.71
M09 - Drenthe Bewegt			4	2	1	3.57
M13 - Outdoor Exercises		1	2	3	1	3.57
M17 - Parchi in movimento		2	2	2	1	3.29
M15 - Exercise for just 1		2	2	3		3.14
M06 - National Action Against Childhood Obesity	1	1	3	1	1	3
M12 - Rebel Run a Mile		1	5	1		3
M01 - Parkrun		3	2	2		2.86
M05 - Bicibús		1	6			2.86
M14 - Home Exercise Programme	1	2	3		1	2.71
M10 - Outdoor Activator Programme	1		6			2.71
M16 - Students get 50% off sport		4	2	1		2.57
M11 - The Banner Challenge	1	2	3	1		2.57

Sommario punteggi sugli Ostacoli

Measure	Barriers					
	5	4	3	2	1	Score
M05 - Bicibús	1	2	3	1		3.43
M06 - National Action Against Childhood Obesity	1	3	2		1	3.43
M03 - AHWA		3	3	1		3.29
M01 - Parkrun	1	3		3		3.29
M14 - Home Exercise Programme	1	1	4	1		3.29
M10 - Outdoor Activator Programme	1	1	4	1		3.29
M02 - Jump In		4	1	1	1	3.14
M11 - The Banner Challenge	2		2	3		3.14
M12 - Rebel Run a Mile	1		4	2		3
M07 - BASE		1	4	2		2.86
M08 - Start to Move		1	4	2		2.86
M15 - Exercise for just 1	1	1	2	2	1	2.86
M17 - Parchi in movimento		1	3	2	1	2.57
M09 - Drenthe Bewegt		1	3	2	1	2.57
M13 - Outdoor Exercises			4	3		2.57
M16 - Students get 50% off sport		2	1	3	2	2.38
M04 - Finnish Schools on the Move		1	1	2	3	2

Sommario punteggi sulla Praticabilità

Measure	Practicality					
	1	2	3	4	5	Score
M04 - Finnish Schools on the Move			3	2	2	3.86
M07 - BASE			2	4	1	3.86
M17 - Parchi in movimento		1	1	3	2	3.86
M13 - Outdoor Exercises			4	1	2	3.71
M12 - Rebel Run a Mile	1		2	3	1	3.43
M02 - Jump In		2	2	2	1	3.29
M01 - Parkrun	1		2	4		3.29
M14 - Home Exercise Programme		1	4	1	1	3.29
M08 - Start to Move		1	5		1	3.14
M03 - AHWA	1	1	3	2		2.86
M05 - Bicibús	1	1	3	2		2.86
M09 - Drenthe Bewegt		2	4	1		2.86
M10 - Outdoor Activator Programme	1	1	3	1		2.67
M06 - National Action Against Childhood Obesity	1	3	1	2		2.57
M16 - Students get 50% off sport		4	2	1		2.57
M15 - Exercise for just 1	1	2	3	1		2.57
M11 - The Banner Challenge	1	3	3			2.29

Stato dell'arte

Questa sezione include una valutazione soggettiva della situazione attuale in ciascuno dei paesi/regioni membri.

Irlanda

Il governo irlandese, attraverso le sue agenzie statali, promuove l'attività fisica e stili di vita sani per tutti i cittadini, in particolare i bambini. I programmi scolastici della scuola primaria includono l'educazione fisica, ma il principale fornitore di attività sono le organizzazioni sportive di base della comunità, la più nota delle quali è la Gaelic Games Association ("GAA"), che mantiene stretti legami con le scuole primarie, in particolare nelle zone rurali, per promuovere i giochi tradizionali del calcio gaelico e dell'hurling, ma anche la musica e la cultura irlandese.

In generale, gli impianti sportivi sono principalmente legati alle organizzazioni, anche se i parchi comunali nelle aree urbane offrono ulteriori spazi aperti per uso ricreativo. Le ricerche (1,2) indicano un aumento della partecipazione allo sport e all'attività fisica in Irlanda negli ultimi anni, confermando la validità degli investimenti e dell'attenzione rivolta all'offerta di maggiori opportunità di praticare attività fisica.

L'integrazione delle minoranze e delle comunità di migranti, pur migliorando, continua a presentare delle sfide.

(1) Partecipazione dei bambini allo sport e attività fisica (CSPPA) https://csppa.ie/

(2) Irish Sports Monitor (Sport Ireland) https://www.sportireland.ie/ism-2024

Italia

In Italia, sebbene il tasso di obesità degli adulti sia uno dei più bassi tra i paesi dell'OCSE, i tassi di obesità infantile sono tra i più alti in Europa. I dati dell'OMS sottolineano un problema crescente di obesità infantile.

Circa 1 persona su 10 è obesa, una percentuale significativamente inferiore alla media OCSE di 1 su 6. Più di 1 uomo su 2 e 1 donna su 3 sono in sovrappeso. Le proiezioni dell'OCSE indicano che i tassi di sovrappeso aumenteranno di un ulteriore 5% entro dieci anni.

Le donne con un basso livello di istruzione hanno una probabilità 3 volte maggiore di essere in sovrappeso rispetto alle donne più istruite.

Le disparità sono minori negli uomini, ma comunque superiori rispetto a molti altri paesi dell'OCSE. In Italia, 1 bambino su 3 è in sovrappeso, uno dei tassi più elevati dell'OCSE. (OMS,2022).

Le "Linee guida per la prevenzione e il controllo del sovrappeso e dell'obesità", approvate nel luglio 2022 dalla Conferenza Stato-Regioni, forniscono elementi di politica sistemica e orientamenti sulle azioni necessarie da intraprendere con l'obiettivo di:

Fornire ai professionisti e ai decisori istituzionali uno strumento per scelte organizzative coerenti e comportamenti professionali;

Identificare un percorso integrato e condiviso tra l'area preventiva e quella clinica per una valutazione preventiva e clinico-nutrizionale precoce, sinergica e simultanea.

Questo percorso rappresenta anche un collegamento tra l'assistenza primaria, i Servizi di Igiene Alimentare e Nutrizione (SIAN) dei Dipartimenti di Prevenzione delle Aziende Sanitarie Locali e le varie strutture specialistiche ambulatoriali/ospedaliere

Definire l'ambito della classificazione eziologica e fenotipica dell'obesità e i criteri diagnostici attraverso l'uso di test biochimici e metodi di riferimento.

Il documento si basa su un approccio strategico e intersettoriale che affronta tutti i determinanti socioculturali, ambientali, relazionali ed emotivi che influenzano le abitudini alimentari e lo stile di vita, nonché il corso della vita e il contesto. Le aree prioritarie di intervento, identificate sulla base delle raccomandazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), includono:

- • interventi di sostegno alla genitorialità
- •interventi volti ad aumentare l'alfabetizzazione sanitaria in materia di nutrizione (alfabetizzazione nutrizionale) e stile di vita in generale
- • campagne di marketing sociale
- • promozione dell'allattamento al seno
- • attuazione dell'approccio e delle reti delle Scuole che promuovono la salute
- • diffusione dei "luoghi di lavoro che promuovono la salute" con l'attuazione di
- interventi per un'alimentazione sana e l'attività fisica (secondo il modello Workplace promozione della salute sul posto di lavoro (WHP)
- interventi per modificare l'ambiente urbano al fine di promuovere l'attività fisica
- interventi sulla qualità nutrizionale nella ristorazione collettiva e nei distributori di alimenti e bevande

• interventi per ridurre l'impatto del marketing di alimenti e bevande, in particolare per i bambini, adottati dalle industrie.

Il presente documento delinea inoltre le misure da attuare in tutte le Regioni e Province Autonome per prevenire e combattere il sovrappeso e l'obesità e identifica gli indicatori di monitoraggio per verificarne l'attuazione nei contesti locali. L'obiettivo, in linea con il Piano Nazionale di Prevenzione (PNP) 2020-2025, è anche quello di affrontare le disuguaglianze di genere e sociali nella prevenzione e nella gestione dell'obesità e ridurre o evitare interventi eterogenei e frammentati. Ciò fornisce agli operatori e ai decisori uno strumento di supporto per decisioni organizzative e professionali coerenti. Ciò non pregiudica l'autonomia delle Regioni e delle Province Autonome nell'adottare misure organizzative in linea con le proprie esigenze di pianificazione.

L'Italia è coinvolta nell'azione comune europea Health4EUKids attraverso il Centro Nazionale per la Prevenzione delle Malattie e la Promozione della Salute (CNaPPS) dell'Istituto Superiore di Sanità, coordinando la componente "Trasferibilità e sostenibilità" dell'Azione. Al fine di concentrare particolare attenzione sul ruolo della governance e dei sistemi, ovvero sulla salute e l'equità in tutte le politiche a livello locale, regionale, nazionale e comunitario, tenendo conto della società nel suo complesso. Per quanto riguarda i dati più recenti relativi all'Italia, la prevalenza dell'obesità negli uomini e nelle donne è del 18%, mentre nei ragazzi e nelle ragazze è rispettivamente del 12% e dell'8%. I dati provengono dal Sistema di Sorveglianza OKkio alla SALUTE e da quelli raccolti dal progetto CUORE dell'Istituto Superiore di Sanità (ISS).

Olanda

I Paesi Bassi vantano una solida cultura sportiva e un'etica del trasporto attivo: circa il 64% dei bambini (6-12 anni) e il 77 % degli adolescenti (13-17 anni) partecipano settimanalmente ad attività sportive organizzate, mentre oltre il 90 % degli adolescenti va a scuola in bicicletta o a piedi, riflettendo le ampie infrastrutture e le norme sociali che favoriscono il movimento quotidiano. [https://www.activehealthykids.org/netherlands/]

Diverse iniziative nazionali, come AHWA (Amsterdam Healthy Weight Approach), Jump-In e JOGG (Jongeren Op Gezond Gewicht), attuate in oltre un terzo dei comuni olandesi, riuniscono scuole, autorità locali, imprese e gruppi comunitari per creare ambienti sani, dalle mense scolastiche nutrienti ai parchi giochi sicuri, utilizzando politiche coordinate, il coinvolgimento delle parti interessate e obiettivi chiari per ridurre il sovrappeso infantile e promuovere l'attività fisica.

https://youthhealthcommunity.com/meet-our-community/cursus-vehicula-quam

https://elisinnovationhub.com/nieuws/encouraging-children-towards-a-healthy-active-lifestyle/

https://cdn.who.int/media/docs/librariesprovider2/country-sites/physical-activity-factsheet---netherlands-2021.pdf?sfvrsn=babe061f_1&download=true

Le reti di innovazione promuovono ulteriormente la pratica: regioni come Brainport Eindhoven ospitano centri sportivi e tecnologici e "laboratori di vita vitale" che sperimentano attrezzature da gioco dotate di sensori, app di fitness gamificate e coaching basato sull'intelligenza artificiale. A livello nazionale, i "buurtsportcoaches" (allenatori sportivi di quartiere) operano in quasi tutti i comuni, organizzando programmi gratuiti dopo la scuola e attività di sensibilizzazione nelle aree svantaggiate per affrontare le disparità socioeconomiche e geografiche. https://sportsandtechnology.com/en/innovationhub/

Tuttavia, l'attività fisica diminuisce drasticamente nell'adolescenza: solo il 33% dei giovani olandesi di età compresa tra i 12 e i 17 anni rispetta le linee guida dell'OMS che raccomandano 60 minuti di attività fisica moderata-intensa al giorno, rispetto al 57% dei bambini di età compresa tra i 4 e gli 11 anni. In risposta a questo fenomeno, molte scuole hanno integrato nei loro programmi didattici "lezioni attive" e brevi pause di movimento, mentre i comuni finanziano programmi sportivi inclusivi su misura per ragazze e giovani con disabilità. Tuttavia, le ricerche dimostrano che solo circa la metà dei bambini con disabilità pratica attività fisica quotidiana. https://link.springer.com/article/10.1186/s12887-021-02827-5

In tutto il paese, le collaborazioni intersettoriali sono la norma: i servizi sanitari collaborano con le scuole su modelli di "scuola attiva", mentre le coalizioni comunitarie collegano i club sportivi ai servizi sociali. Questa combinazione di infrastrutture solide, sperimentazioni tecnologiche innovative e strutture che coinvolgono più parti interessate definisce lo stato dell'arte attuale. Tuttavia, mantenere l'impegno degli adolescenti, colmare i divari di equità e integrare l'attività fisica nella routine quotidiana rimangono sfide fondamentali per i Paesi Bassi. https://www.oecd.org/content/dam/oecd/en/publications/reports/2023/02/step-up-tackling-the-burden-of-insufficient-physical-activity-in-europe_20fba4c9/500a9601-en.pdf

Turchia

Istanbul, con una popolazione di circa 16 milioni di abitanti, è la metropoli più popolosa della e presenta anche dinamiche particolari in termini di partecipazione all'attività fisica. Secondo i "Rapporti sull'attività fisica a Istanbul" pubblicati annualmente da Spor Istanbul, sebbene il tasso di partecipazione regolare all'attività fisica nella città aumenti ogni anno, non ha ancora raggiunto i livelli desiderati. Se consideriamo il tasso di persone a Istanbul che praticano sport o esercizio fisico regolarmente, esso è pari al 25,2% per il 2021, al 29,6% per il 2022 e al 34,9% per il 2023.

Opinioni, prospettive e previsioni

Questa sezione consente ai partner di contribuire con un'opinione, generalmente su un contesto politico e basata sulla loro esperienza, sulla situazione nella loro regione/paese in relazione alla promozione di stili di vita più sani attraverso l'attività fisica e l'alimentazione.

A un livello più generale, il comportamento sedentario è una tendenza in crescita in tutta l'UE con implicazioni a lungo termine per la salute, aggravate dalla tecnologia e dal consumo di media, per cui speriamo che questo progetto possa dimostrare un modo per invertire questa tendenza per la prossima generazione.

Irlanda

Le ragioni principali addotte dai bambini in età post-primaria per smettere di praticare sport includono:

1) Mancanza di interesse

2) Richiesta di troppo tempo

3) Impegni scolastici

Altre ragioni citate indicano una perdita di divertimento nello sport, forse come risultato di una maggiore attenzione alla competizione, con una maggiore pressione per ottenere risultati. Combinate, queste interpretazioni potrebbero diventare la ragione principale per smettere di praticare sport.

Al di fuori delle aree urbane, il trasporto rappresenta una sfida significativa, forse legata all'accessibilità economica, e limita la scelta nei casi in cui i legami sociali sono indeboliti.

Il clima irlandese è temperato, ma si ha l'impressione che il maltempo sia un ostacolo all'accesso alle attività all'aria aperta, che richiedono una migliore pianificazione e un abbigliamento adeguato.

Belgio

Il legame tra uno stile di vita sedentario, cattive abitudini alimentari, consumo eccessivo di bevande zuccherate, obesità e diabete di tipo 2 dovrebbe essere sottolineato a livello clinico e di salute pubblica.

È importante, quindi misuratelo! La circonferenza della vita dovrebbe essere misurata regolarmente come segno vitale durante le visite mediche. Il consumo eccessivo di bevande zuccherate è un importante fattore di rischio per l'obesità, il diabete di tipo 2 e le malattie cardiovascolari. Tale legame tra la qualità dell'idratazione e gli esiti clinici dovrebbe essere

sottolineato tra i professionisti della salute e nelle campagne di educazione alla salute pubblica.

Un'attività fisica/esercizio fisico regolare può ridurre sostanzialmente la pericolosa adiposità viscerale / i depositi di grasso ectopico anche in assenza di perdita di peso in risposta a un programma di modifica dello stile di vita. L'importanza di combattere l'inattività e promuovere un'attività fisica regolare deve essere presa in considerazione nelle politiche dell'UE per affrontare l'epidemia di obesità, che è un'epidemia legata allo stile di vita.

Italia

La salute è un salto quantico: abbiamo bisogno di una visione del welfare che incarni anche l'immaginazione e una visione utopica, se questo significa far circolare quante più idee possibili e trasformarle in scelte che abbiano un impatto sulle prospettive e sulla vita delle persone. Per molti anni, l'UISP ha impiegato energie, passione e competenze su questioni relative ai diritti di cittadinanza e ha promosso un gran numero di buone pratiche qualificate che hanno attraversato temi e fasce d'età. Lungo i percorsi verso la salute individuale e collettiva, l'associazione ha avviato un dialogo continuo con gli stakeholder del sistema sanitario, i rappresentanti istituzionali, altre associazioni e privati.

Grazie anche all'impulso dato dall'approvazione dei Piani Nazionali e Regionali di Prevenzione 2020/2025, al rapporto dell'Istituto Superiore della Sanità “L'attività fisica come supporto nella prevenzione delle malattie cronico-degenerative” (2017), e la campagna “Ogni movimento conta per una salute migliore” promossa dall'OMS (2020) e le relative Linee guida sull'attività fisica e il comportamento sedentario, abbiamo costruito una piattaforma per politiche di stile di vita e salute che possono essere condivise e implementate dall'intera associazione, dai suoi leader, educatori e club sportivi. L'UISP, in qualità di associazione sportiva di base, sta lavorando alla nostra identità e formazione, per un denominatore comune di strategie, processi e obiettivi che siano coerentemente attuati in tutto il nostro sistema associativo: un'entità unica con un approccio definito e completo, per diffondere innanzitutto la consapevolezza di questi temi. L'UISP mira a essere un partner qualificato per le Regioni italiane, anche per lo sviluppo dei prossimi PRP (Piani Regionali di Prevenzione) in qualità di associazione di promozione sociale e sportiva

Ad esempio, questo processo viene sviluppato attraverso la firma di protocolli d'intesa; l'UISP ha aderito alle Regioni italiane e al Ministero della Salute in diversi Progetti Nazionali (PNP) organizzando workshop nazionali e riunendo una varietà di parti interessate nelle loro rispettive e diverse capacità, contribuendo alla costruzione sociale della salute, rafforzando la contaminazione reciproca, coordinando strategie e azioni e diventando insieme agenti di cambiamento. Abbiamo affrontato insieme la pandemia, cercando di svolgere un ruolo attivo e proattivo nel porre al centro delle politiche a vari livelli decisionali approcci intersettoriali e multisettoriali, come suggerito anche dall'OMS nel suo Piano d'azione globale sull'attività fisica (2018-2030). Questo approccio mira a costruire una massa critica e a favorire la convergenza dei due mondi dell'assistenza sanitaria e della promozione sociale e sportiva.

Questo apre la porta alla comprensione reciproca e all'armonia di intenti, con estrema chiarezza riguardo alle nostre identità, ai ruoli distinti e alle responsabilità definite. L'UISP mira a continuare ad essere un partner colto, chiaro e intellettualmente onesto per gli stakeholder istituzionali e un punto di riferimento socialmente utile e affidabile per i cittadini e le comunità. L'UISP si impegna ad ampliare le reti e le alleanze con tutti gli stakeholder e a garantire la riproducibilità dei risultati raggiunti finora in tutte le regioni.

Siamo convinti che l'approccio più efficace alle questioni relative allo stile di vita e alla salute risieda in azioni sociali fondate sui diritti individuali, sulle motivazioni e sulle libere scelte, e che possano portare a cambiamenti che si traducano in comportamenti duraturi. Vogliamo portare l'attività fisica nell'ambito dei diritti di cittadinanza, dove una vita attiva e sana possa diventare un obiettivo raggiungibile da tutti, nel quadro di politiche pubbliche e spazi urbani riprogettati a questo scopo. Si tratta di un obiettivo importante di equità, soprattutto in una situazione in cui questi diritti sono messi a repentaglio dalla crisi del welfare, che sta aumentando le disuguaglianze sanitarie in termini di accesso ai servizi e alle opportunità. La nostra visione è quella di promuovere la salute per tutti e a tutte le età, attraverso politiche per bambini, adolescenti e adulti, nell'ambito della salute mentale e dell'invecchiamento attivo, a beneficio dei cittadini che incontriamo ogni giorno, in particolare quelli che non hanno ancora avuto l'opportunità di impegnarsi. L'UISP spera che la promozione della salute possa tradursi in linee guida in grado di generare politiche e iniziative governative. L'UISP mira a contribuire alla costruzione di alleanze ampie e mirate che possano aiutare a raggiungere questo ambizioso obiettivo.

Iniziativa di advocacy nei confronti del Comitato economico e sociale europeo (CESE)

In collaborazione con il Forum Terzo Settore (il principale organo di rappresentanza del terzo settore italiano, un gruppo di enti privati che perseguono obiettivi civici, solidali e socialmente utili senza scopo di lucro), l'UISP ha promosso un processo di concreto riconoscimento del valore sociale dello sport. Nello specifico, ciò ha comportato l'approvazione di un parere d'iniziativa, intitolato "L'azione dell'UE per il periodo post-COVID-19: migliorare la ripresa attraverso lo sport", da parte del Comitato economico e sociale europeo (CESE). Il parere esorta l'Unione europea a rendere più visibili i valori rappresentati dallo sport e dall'attività fisica nella politica dell'UE, garantendo loro piena dignità al pari delle altre politiche europee. Ciò significa non solo politiche di coesione, ma un vero percorso di emancipazione, ovvero la visione di una vera e propria “transizione sportiva” che migliori in modo significativo l'impatto sulla salute, sul benessere e sulla qualità della vita. Questo risultato ha assunto particolare importanza a seguito della pandemia, che ha colpito duramente l'intero settore sportivo e in particolare le associazioni sportive di base. È necessario un nuovo approccio strategico per rivitalizzare e valorizzare il ruolo dello sport e dell'attività fisica nella costruzione di una società più resiliente e sostenibile, pienamente integrata nelle strategie di sviluppo economico e sociale, e per creare più ampi legami intersettoriali, in particolare con la sanità pubblica, l'istruzione e l'inclusione sociale.

Informazioni sulle politiche nazionali e internazionali

Nel contesto attuale, sia a livello nazionale italiano che internazionale, l'UISP ritiene che vi sia un generale declino delle politiche di promozione della salute. Nell'era post-COVID e con l'attuale situazione internazionale caratterizzata da conflitti e difficoltà nelle politiche sistemiche, il lavoro di analisi dei dati e dei processi sugli stili di vita sedentari, la promozione dell'attività fisica e la promozione della prevenzione sanitaria attraverso la creazione e la diffusione di ricerche, studi e rapporti internazionali (OMS e UE) volti a stimolare l'azione necessaria da parte delle istituzioni nazionali è ancora più importante.

Olanda

I Paesi Bassi vantano una solida cultura sportiva e un'etica del trasporto attivo: circa il 64% dei bambini (6-12 anni) e il 77 % degli adolescenti (13-17 anni) partecipano settimanalmente ad attività sportive organizzate, mentre oltre il 90 % degli adolescenti va a scuola in bicicletta o a piedi, riflettendo le ampie infrastrutture e le norme sociali che favoriscono il movimento quotidiano. [https://www.activehealthykids.org/netherlands/]

Diverse iniziative nazionali, come AHWA (Amsterdam Healthy Weight Approach), Jump-In e JOGG (Jongeren Op Gezond Gewicht), attuate in oltre un terzo dei comuni olandesi, riuniscono scuole, autorità locali, imprese e gruppi comunitari per creare ambienti sani, dalle mense scolastiche nutrienti ai parchi giochi sicuri, utilizzando politiche coordinate, il coinvolgimento delle parti interessate e obiettivi chiari per ridurre il sovrappeso infantile e promuovere l'attività fisica.

https://youthhealthcommunity.com/meet-our-community/cursus-vehicula-quam

https://cdn.who.int/media/docs/librariesprovider2/country-sites/physicalactivity-

factsheet---netherlands-2021.pdf?sfvrsn=babe061f_1&download=true

https://elisinnovationhub.com/nieuws/encouraging-children-towards-a-healthyactive-lifestyle/

Le reti di innovazione promuovono ulteriormente la pratica: regioni come Brainport Eindhoven ospitano centri sportivi e tecnologici e “laboratori di vita vitale” che sperimentano attrezzature ludiche dotate di sensori, app di fitness gamificate e coaching basato sull'intelligenza artificiale. A livello nazionale, i “buurtsportcoaches” (allenatori sportivi di quartiere) operano in quasi tutti i comuni, organizzando programmi gratuiti dopo la scuola e attività di sensibilizzazione nelle aree svantaggiate per affrontare le disparità socioeconomiche e geografiche.

Tuttavia, l'attività fisica diminuisce drasticamente nell'adolescenza: solo il 33% dei giovani olandesi di età compresa tra i 12 e i 17 anni rispetta le linee guida dell'OMS che raccomandano 60 minuti di attività fisica moderata-intensa al giorno, rispetto al 57% dei bambini di età compresa tra i 4 e gli 11 anni. In risposta a questo fenomeno, molte scuole hanno integrato nei loro programmi didattici “lezioni attive” e brevi pause di movimento, mentre i comuni finanziano programmi sportivi inclusivi su misura per ragazze e giovani con

disabilità. Tuttavia, le ricerche dimostrano che solo circa la metà dei bambini con disabilità pratica attività fisica quotidiana.

https://bmcpediatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12887-021-02827-5

In tutto il Paese, le collaborazioni intersettoriali sono la norma: i servizi sanitari collaborano con le scuole su modelli di "scuola attiva", mentre le coalizioni comunitarie collegano i club sportivi ai servizi sociali. Questa combinazione di infrastrutture solide, sperimentazioni tecnologiche innovative e strutture che coinvolgono più parti interessate definisce lo stato dell'arte attuale. Tuttavia, mantenere l'impegno degli adolescenti, colmare i divari di equità e integrare l'attività fisica nella routine quotidiana rimangono sfide fondamentali per i Paesi Bassi.

https://www.oecd.org/content/dam/oecd/en/publications/reports/2023/02/step-up-tackling-the-burden-of-insufficient-physical-activity-in-europe_20fba4c9/500a9601-en.pdf

Turchia

Il progetto del Ministero della Salute "Scopri il tuo peso ideale, vivi in salute" è in corso in tutta la Turchia dal 10 maggio al 10 luglio 2025.

 Obiettivi principali e ambito del progetto: Sensibilizzare la società sul tema del sovrappeso e dell'obesità.

Misurare l'altezza, il peso e l'IMC dei cittadini e indirizzare le persone appartenenti al gruppo a rischio ai Centri per una vita sana, ai Centri per la salute della famiglia e ai Centri sanitari comunitari in base ai risultati.

Un totale di 4,9 milioni di persone (uomini: 2.985.025) ha partecipato al programma nelle prime 6 settimane; tuttavia, il numero di persone misurate alla fine delle 7 settimane ha raggiunto i 6,5 milioni.

 Dati iniziali e risultati

Secondo i dati delle prime 6 settimane:

- 6,1% sottopeso
- 33% peso normale
- 35% sovrappeso
- 26% obesi

Su 1.336.589 persone misurate nella settima settimana:

- 6,7% sottopeso
- 32,9% peso normale
- 35,4% sovrappeso
- 25% obesi

Pertanto, la percentuale di coloro il cui BMI era superiore al limite “normale” è stata determinata in circa il 64%-65%.

 Rinvio e follow-up

Le persone con un BMI ≥25 vengono indirizzate ai centri sanitari per consulenze gratuite e programmi nutrizionali/di esercizio fisico.

L'applicazione coinvolge esperti quali personale sanitario, medici di famiglia, dietisti e fisioterapisti; vengono inoltre valutati gli esami del sangue individuali.

Inoltre, come Spor Istanbul, abbiamo individuato punti di misurazione della salute in varie parti di Istanbul e abbiamo condotto numerosi test gratuiti, che vanno dalla percentuale di grasso corporeo alla flessibilità della cintura scapolare, dall'indice di massa corporea alla flessibilità del tronco e della parte inferiore del corpo.

Progetti correlati

hl4EU Healthy Lifestyles for Europe.. HL4EU riunisce un'ampia rete di organizzazioni e parti interessate unite attorno al nostro invito all'azione. Questa rete supporta i responsabili politici nel promuovere il dialogo su iniziative intersettoriali relative a stili di vita sani. Che tu sia un responsabile politico, un'organizzazione o un privato, qui c'è posto per te.

La piattaforma online HL4EU servirà come strumento per raccogliere e diffondere informazioni e per promuovere la collaborazione. La piattaforma sarà continuamente aggiornata durante tutto il progetto e sarà un punto di riferimento per tutte le attività relative al progetto. Svolgerà inoltre un ruolo chiave nell'attrarre organizzazioni esterne al consorzio che desiderano lavorare alla promozione di stili di vita sani.

https://www.healthylifestyles-project.eu/platform

HLNE Healthy Lifestyle Network Europe New Health Foundation è partner del progetto Sport4HealthNet. Questo progetto affronta il tema: incoraggiare la partecipazione allo sport e all'attività fisica, in particolare sostenendo le raccomandazioni del Consiglio sulle HEPA e le linee guida dell'UE sull'attività fisica.

Molti lavoratori trascorrono troppo tempo seduti e ne risentono in termini di salute. Stare seduti per lunghi periodi non solo è dannoso, ma rende anche i nostri muscoli e le nostre ossa meno tonici e forti, indebolisce il nostro sistema immunitario e aumenta significativamente il rischio di malattie croniche. Nell'ambito del programma Sport 4 Health, 6 paesi europei stanno sviluppando congiuntamente un programma pratico di prevenzione e attività fisica per le persone che svolgono un lavoro sedentario e per chi trascorre molto tempo seduto. Questo programma offre un programma di esercizi che possono essere eseguiti sul posto di lavoro durante le pause. Si affrontano temi quali l'agilità, l'equilibrio e la forza muscolare, con particolare attenzione alla prevenzione dei disturbi al collo e alle spalle.

https://new-health.eu/nl/projecten/sport4healthnet

Terre de Santé EHLA in collaborazione con il comune di Ville d'Avray (Francia) un programma cittadino intitolato “Terre de Santé”, questo programma che inizierà nel 2021 è stato sviluppato nel 2022 ed è un programma completo e continuativo incentrato sul tema principale dell'EHLA: “Mangiare bene, bere bene, muoversi”.

In questo programma vogliamo coinvolgere la popolazione di Villa d'Avray (11.000 abitanti)

in un ampio programma di prevenzione regolare incentrato sui bambini e su tutta la popolazione.

PLAYS: Practical Learning to Advance Youngsters in Sport (Apprendimento pratico per promuovere lo sport tra i giovani) – Progetto Erasmus+, 2024-2026. Rivolto ai bambini dai 6 ai 12 anni, PLAYS sta sviluppando un programma scientifico graduale per coinvolgere i bambini in attività fisiche divertenti e ludiche. Fornisce strumenti per allenatori, educatori e genitori per incoraggiare l'esercizio fisico regolare per il benessere fisico e sociale dei bambini. Il programma è in fase di sperimentazione in club sportivi di diversi paesi dell'UE e integra aspetti fisici, mentali e persino digitali (ad esempio, promuovendo l'alfabetizzazione digitale insieme al gioco attivo).

https://www.playsproject.eu/

Icehearts Europe– Finanziato da EU4Health, 2023-2026. Basato su un modello finlandese di successo, Icehearts Europe è una partnership di 10 organizzazioni (guidata da ISCA) incentrata sul sostegno ai bambini vulnerabili attraverso lo sport e il tutoraggio. Si occupa sia del benessere mentale che fisico: riconoscendo i problemi di salute mentale post-pandemia (il 20-25% dei giovani ha problemi) e livelli di attività fisica molto bassi (solo il 20% circa degli adolescenti soddisfa le raccomandazioni). Il progetto istituisce team di intervento sociale a lungo termine basati sullo sport.

I mentori coinvolgono i bambini a rischio (spesso quelli che affrontano l'esclusione sociale o situazioni familiari difficili) in sport di squadra e rimangono con lo stesso gruppo di bambini per anni, fornendo un sostegno costante a scuola, dopo la scuola e a casa. Icehearts si sta espandendo dalla Finlandia a varie comunità europee per promuovere l'inclusione sociale, l'attività fisica regolare e migliori prospettive di vita per i giovani vulnerabili.

https://icehearts.eu

EUMOVE — Progetto Erasmus+, 2022-2024. Un intervento scolastico per promuovere stili di vita sani e prevenire l'obesità nei bambini di età compresa tra 8 e 16 anni. EUMOVE sviluppa una serie completa di strategie e risorse per le scuole: ad esempio, un kit di strumenti per le lezioni di attività fisica (che integra il movimento nell'apprendimento in classe), una piattaforma in tempo reale per "pause attive" durante le giornate scolastiche e un quadro di riferimento per un "ambiente scolastico attivo". Il progetto è attuato in diversi paesi dell'UE e verifica in che modo la combinazione dell'attività fisica con i contesti educativi possa migliorare i livelli complessivi di attività dei bambini, ridurre il tempo trascorso seduti e coinvolgere gli insegnanti e le famiglie nel processo. (Riferimenti: pubblicazioni del consorzio EUMOVE, 2024.

https://academic.oup.com/eurpub/article/34/5/955/7723658

HEPAS (Healthy and Physically Active Schools) – Progetto Erasmus+ che ha prodotto un modello e moduli per l'integrazione dell'attività fisica nei sistemi scolastici europei

(educazione fisica, pause attive ed educazione a uno stile di vita sano nelle scuole). Questo fornisce un quadro per rendere le "scuole attive" una norma in tutte le regioni.

https://eupea.com/portfolio/hepa/

Sport4All è un progetto Erasmus+ gestito da Spor Istanbul e supportato dalla Commissione Europea, con istituzioni partner provenienti da Croazia, Serbia e Malta. L'ob iettivo generale del progetto è sostenere la partecipazione di bambini e ragazzi con disabilità allo sport e all'attività fisica. Nell'ambito del progetto, sono stati preparati moduli di formazione e una guida informativa sul goal-ball per famiglie, allenatori e dirigenti sportivi di bambini e ragazzi con disabilità. È stata fornita formazione online e in presenza a famiglie, allenatori e dirigenti sportivi, per un totale di 1598 persone.

Inoltre, sono stati organizzati eventi internazionali di nuoto e goal-ball con la partecipazione di bambini e ragazzi con disabilità.

Riferimenti aggiuntivi

Piano d'azione globale sull'attività fisica (OMS 2018-2030),

https://iris.who.int/handle/10665/272722

Campagna "Ogni movimento conta per una salute migliore" (OMS 2020)

https://www.who.int/news/item/25-11-2020-every-move-counts-towards-better-healthsays-who

Raccomandazioni sull'HEPA e linee guida UE sull'attività fisica

http://eur-

lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:32013H1204(01):EN:NOT

Linee guida sull'attività fisica e il comportamento sedentario

https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128

Edizione speciale EUROBAROMETR su Sport e attività fisica (2022)

https://europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2668

Attività fisica salutare nell'Unione europea, 2024

https://mcusercontent.com/212c104b1703f2cd17fd4b360/files/df1ce09c-b355-bacea5db-21bd6c05e2ef/181_WHO_EURO_2024_10606_50378_76030_eng.pdf

Panel - Scheda di valutazione dell'attività fisica nei Paesi Bassi (2018) – La Dutch Report Card dell'Active Healthy Kids Global Alliance ha assegnato punteggi contrastanti per l'attività fisica giovanile: Attività fisica complessiva: "C" (mediocre), Gioco attivo: "B", Sport organizzato: "B", ma Comportamento sedentario: "C-" e Scuola: "C". Ha identificato le principali priorità di miglioramento in:

(1) sviluppare un quadro nazionale più completo per la promozione dell'attività fisica, che vada oltre lo sport (inclusa la riduzione del tempo sedentario e la promozione del gioco attivo

e dei trasporti), (2) concentrarsi su gruppi spesso trascurati, come i bambini piccoli (in età prescolare) e le ragazze adolescenti, poiché gli approcci standardizzati mancavano di questi gruppi, e (3) implementare programmi basati sulla famiglia e sulla comunità (coinvolgendo intere famiglie nei quartieri locali, utilizzando parchi, piste ciclabili, palestre all'aperto). Queste intuizioni sottolineano l'importanza di un approccio intersettoriale e che copra l'intero arco di vita.

https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32634607/

Rapporto OCSE/OMS "Step Up!" (2023) – Un recente rapporto congiunto sull'insufficiente attività fisica in Europa quantifica gli enormi benefici derivanti dall'aumento dell'attività fisica della popolazione.

Prevede che, se gli europei raggiungessero i livelli di attività raccomandati dall'OMS, ciò aumenterebbe l'aspettativa di vita delle persone insufficientemente attive di circa 7,5 mesi, preverrebbe oltre 10.000 morti premature all'anno e farebbe risparmiare circa 8 miliardi di euro in costi sanitari all'anno entro il 2050. Queste evidenze economiche e sanitarie possono supportare la nostra azione:

investire nell'attività fisica (aree gioco, programmi sportivi, infrastrutture per il trasporto attivo) produce significativi risultati in termini di salute. Per ogni euro speso per promuovere l'attività fisica, i paesi registrano un ritorno medio di circa 1,7 euro in benefici economici (dovuti alla riduzione della spesa sanitaria e all'aumento della produttività). Tali dati potrebbero rafforzare la necessità di finanziamenti costanti e di un impegno politico per iniziative volte a promuovere uno stile di vita sano.

https://www.oecd.org/content/dam/oecd/en/publications/reports/2023/02/step-up-tackling-the-burden-of-insufficient-physical-activity-in-europe_20fba4c9/500a9601-en.pdf

Ricerca su genere e inclusione: gli studi dimostrano costantemente che sono necessari interventi personalizzati per coinvolgere determinati gruppi. Ad esempio, la ricerca sulla partecipazione delle ragazze rileva che i programmi incentrati sul divertimento sociale, sulla costruzione della fiducia in se stessi e sulle amicizie (piuttosto che sulla competizione) sono efficaci nel mantenere attive le ragazze adolescenti. Il progetto PAPA, finanziato dall'UE (menzionato sopra), ha anche evidenziato l'importanza del coinvolgimento dei genitori:

gli atteggiamenti dei genitori possono rappresentare un ostacolo o un facilitatore importante nella motivazione sportiva dei giovani.

Un altro ambito, quello dei bambini con disabilità, trae beneficio dalla progettazione di un "gioco inclusivo", ad esempio: Uno studio del 2020 di BMC Pediatrics sui parchi gioco inclusivi ha rilevato che attrezzature accessibili e attività inclusive organizzate possono aumentare significativamente il tempo di gioco attivo per i bambini con disabilità. Dovremmo integrare queste intuizioni della ricerca: ad esempio, assicurarci che le linee guida del nostro

progetto affrontino la necessità di un coaching motivante, del coinvolgimento dei genitori e di opportunità inclusive per tutte le abilità.

https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/ijpo.12779

https://bmcpediatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12887-021-02827-5

Quadri e buone pratiche: a livello politico, abbiamo la Raccomandazione del Consiglio dell'UE sull'HEPA (2013), che promuove l'integrazione della promozione dell'attività fisica in tutti i settori (salute, istruzione, sport, pianificazione urbana). Molte delle nostre strategie regionali (come l'Accordo Nazionale sullo Sport, ecc.) seguono questo principio.

Inoltre, il Piano d'Azione Globale dell'OMS sull'Attività Fisica 2018-2030 fornisce un modello ("Società Attiva, Ambienti Attivi, Persone Attive, Sistemi Attivi") che può ispirare la struttura del nostro studio di benchmarking. Esso pone l'accento sulla creazione di ambienti attivi (infrastrutture, spazi sicuri), sull'aumento dell'attività nelle scuole e nei luoghi di lavoro e su campagne di comunicazione di massa per cambiare le norme sociali. Il nostro rapporto può attingere a questi quadri per garantire che le raccomandazioni siano in linea con gli standard internazionali.

https://cdn.who.int/media/docs/librariesprovider2/country-sites/physical-activity-factsheet---netherlands-2021.pdf?sfvrsn=babe061f_1&download=true

Appendice 1: Misure innovative identificate

Le seguenti iniziative per promuovere la partecipazione pubblica all'attività fisica sono state registrate dai partner del consorzio a seguito delle loro ricerche nei rispettivi Paesi.

Queste misure sono valutate secondo la metodologia descritta, che a sua volta ha prodotto le tre misure selezionate per la fase pilota del progetto.

M01	Parkrun
Region	Ireland / Kildare
Sommario	Parkrun è una corsa cronometrata gratuita di 5 km guidata da volontari che si svolge ogni sabato mattina nei parchi e negli spazi pubblici in oltre 100 località in tutta l'Irlanda e in molte altre in tutto il mondo.
Website	https://www.parkrun.ie/naas/
Risultati attesi	Incoraggiare le persone a svolgere almeno un'attività fisica a settimana in un ambiente amichevole e accogliente
Tipologia di pratiche e durata	Frequenza continuativa settimanale - senza pressioni 1 ora a settimana
Staff / Volontari / Partecipanti	0 / 8 / 150
Attività / Esperienza	Camminata, Corsa / Principiante, Miglioramento, Veterano
Inclusività	Disabilità - utenti di sedia a rotelle, Disabilità - mobilità ridotta, Disabilità - disturbo dello spettro autistico (ASD), Disabilità - sordità, Svantaggio - barriere economiche, Sociale - solitudine, Sociale - isolamento, Discriminazione - migranti, sopravvissuti al cancro
Sostenibilità	Bambini (6-10 anni), Bambini (11-13 anni), Ragazzi (14-20 anni), Giovani adulti (21-34 anni), Adulti (34-69 anni), Anziani (70+)
Costi / Incentivi	Gratis / nessuna
Grado di successo	Buon ritorno sull'investimento / Sicuramente
Barriere al coinvolgimento	Nessuna
Note	Questo modello ha origine nel Regno Unito ed è stato replicato in tutto il mondo, rivolgendosi a tutti, dai camminatori lenti ai giovani in cerca di borse di studio per l'atletica. La registrazione e il monitoraggio di tempi e luoghi offrono una gamification soft alle aspettative di ogni partecipante, senza mai creare paragoni. I partecipanti sono incoraggiati a fare volontariato per 1 weekend ogni 10 corse completate. L'evento è stato adattato con successo come Junior Parkrun, rivolto ai bambini più piccoli su un percorso di 2 km.

M02	Jump-In
Regione	Olanda / Amsterdam
Sommario	Jump-in è un'iniziativa scolastica completa sviluppata dalla Città di Amsterdam per promuovere l'attività fisica e abitudini sane tra i bambini della scuola primaria, in particolare nei quartieri socioeconomicamente svantaggiati. Lanciata nel 2002, fa parte del più ampio Amsterdam Healthy Weight Approach. Il programma integra un'educazione fisica strutturata condotta da insegnanti qualificati, una ricreazione attiva e politiche nutrizionali che incoraggiano spuntini sani e il consumo di acqua. Le scuole ricevono il supporto dei consulenti sanitari e sportivi comunali per implementare una checklist di requisiti "Jump-in". L'iniziativa coinvolge anche i genitori e monitora il peso e lo sviluppo motorio dei bambini nel tempo. Jump-in ha dimostrato un successo misurabile nell'aumentare i livelli di attività fisica, migliorare le capacità motorie e ridurre i tassi di obesità tra i bambini. La sua scalabilità e sostenibilità sono dimostrate dall'adozione in oltre 130 scuole in tutta la città e dalla sua integrazione nelle politiche comunali a lungo termine.
Sito web	https://www.amsterdam.nl/sport/jump-in/
Risultati attesi	Aumentare l'attività fisica, migliorare le capacità motorie, promuovere un'alimentazione sana e ridurre il sovrappeso/obesità infantile. Bambini e genitori
Tipologia di pratiche e durata	Programma di partecipazione di più settimane 50 ore
Staff / Volontariai/ Partecipanti	80 / 50 / 25000
Attività / Esperienze	Educazione fisica, gioco attivo, camminata, giochi sportivi / Principiante
Inclusione	ostacoli economici, Povertà educativa, Discriminazione - Migranti
Sostenibilità	Bambini (6-10 anni), ragazzi (11-13 anni)
Costi / Incentivi	Gratis / Jump-in fornisce risorse concrete e riconoscimenti. Le scuole ricevono materiali come bottiglie d'acqua, contenitori per il pranzo, libretti di ricette salutari, poster e attrezzature sportive da cortile come supporto. Le scuole che soddisfano tutti i criteri del programma ottengono lo status di "Scuola Salutare" di Jump-in, che conferisce prestigio e segnala un ambiente sano. I bambini beneficiano di lezioni extra di educazione fisica e di collegamenti con club sportivi, acquisendo competenze e divertimento anziché premi formali.
Grado di successo	Buon ritorno in termini di investmento / certo

M02	Jump-In
Ostacoli al coinvolgimento	L'iniziale resistenza dei genitori alle nuove regole nutrizionali (ad esempio, niente dolci o bevande zuccherate) ha richiesto un notevole impegno di persuasione e formazione. Alcune scuole hanno tentato un'adozione parziale (ad esempio, gioco attivo ma non alimentazione sana), a dimostrazione della preoccupazione del personale riguardo a un cambiamento radicale. La natura multicomponente del programma richiede tempo e coordinamento da parte degli insegnanti, e affrontare le preferenze culturali in materia di cibo ha richiesto impegno. Un supporto costante (ad esempio, la guida dei tutor e gli incontri con i genitori) è stato fondamentale per superare queste barriere.
Note	Jump-in è un intervento multilivello (che combina curriculum, attività extra di educazione fisica, club sportivi, coinvolgimento dei genitori e monitoraggio della salute). Il suo approccio che coinvolge l'intera scuola è stato riconosciuto dall'OMS come parte della pluripremiata strategia di Amsterdam contro l'obesità. I ricercatori sottolineano che il successo di Jump-in è in parte dovuto al suo focus sull'equità sociale: ha ridotto i divari mirando il supporto alle comunità con basso reddito socio-economico. Sebbene abbia ottenuto notevoli aumenti nell'attività organizzata, i risultati complessivi in termini di attività fisica giornaliera e BMI hanno mostrato variazioni minori, suggerendo che sforzi sostenuti e completi (e componenti di una dieta sana) sono fondamentali per un impatto a lungo termine. Si prega di notare che il numero di volontari e il numero di personale rappresentano una stima approssimativa dell'intero programma ad Amsterdam. Volontari: circa 50-100 (a livello scolastico e comunitario), personale (retribuito): oltre 80 consulenti di stile di vita cittadino, specialisti di educazione fisica.

M03	Amsterdam Healthy Weight Approach (AHWA)
Regione	Olanda / Amsterdam

M03	Amsterdam Healthy Weight Approach (AHWA)
Sommario	L'Amsterdam Healthy Weight Approach (AHWA) è una strategia a lungo termine, estesa a tutta la città e avviata nel 2013, per prevenire e ridurre il sovrappeso e l'obesità infantile entro il 2033. Guidato dal Servizio Sanitario Pubblico del comune, l'AHWA adotta un approccio sistemico, integrando salute, istruzione, pianificazione urbana, ambienti alimentari e servizi sociali. Dà priorità ai bambini che vivono in quartieri svantaggiati, con l'obiettivo di ridurre le disuguaglianze sanitarie affrontando i determinanti più ampi della salute. Il programma include iniziative come Jump-in (per l'attività fisica e l'alimentazione a scuola), politiche alimentari sane nelle scuole e nei negozi, aree gioco all'aperto sicure e percorsi clinici per bambini obesi. L'AHWA ha ottenuto il merito di aver ridotto la prevalenza del sovrappeso infantile dal 21% a meno del 19% in tutta la città, con risultati ancora più significativi nei distretti con basso status socioeconomico. Riconosciuto dall'OMS e dall'UE, l'AHWA funge da modello scalabile e basato sull'evidenza per l'innovazione sanitaria municipale. Dimostra un forte impegno politico, un coordinamento intersettoriale e un finanziamento sostenibile, rendendolo uno dei principali esempi europei di politica sanitaria pubblica integrata per la promozione di stili di vita attivi e sani tra i giovani.
Sito Web	https://www.amsterdam.nl/publish/pages/905501/amsterdam_healthy_weight_programme_summary.pdf
Risultati attesi	Raggiungere un peso sano per tutti i bambini di Amsterdam entro il 2033, con obiettivi intermedi per ridurre sovrappeso/obesità tra i giovani attraverso cambiamenti comportamentali e ambientali.
Tipologia di pratiche e durata	Programma di partecipazione di più settimane 75 ore
Staff / Volontari / Partecipanti	100 / 100 / 15000
Attività / Esperienze	Cammino, bicicletta, educazione fisica, gioco attivo / Principiante, Avanzato
Inclusività	Svantaggi dovuti a Barriere economiche, Povertà educativa, oDiscriminazione Migranti
Sostenibilità	Bambini (6-10 anni), ragazzi (11-13 anni), giovani (14-20 anni)

M03	Amsterdam Healthy Weight Approach (AHWA)
Costi / Incentivi	Gratis / L'AHWA utilizza incentivi e supporto sistemici piuttosto che ricompense dirette. Si concentra sul rendere "la scelta sana la scelta più facile". Ad esempio, la città ha incentivato le scuole a partecipare a iniziative come Jump-in fornendo insegnanti di educazione fisica e risorse didattiche aggiuntive. Alle famiglie appartenenti a categorie a rischio viene offerto l'accesso gratuito o a basso costo a dietologi, programmi di esercizio fisico e persino coaching familiare intensivo, se necessario. Un incentivo utilizzato è il riconoscimento positivo: i quartieri o le scuole che fanno progressi vengono evidenziati come storie di successo del "Peso Sano", alimentando l'orgoglio. I bambini stessi possono usufruire di nuovi parchi giochi, fontanelle e opzioni di doposcuola attive in cui la città ha investito: questi cambiamenti ambientali agiscono automaticamente come incentivi (stimolano e facilitano comportamenti sani). L'approccio includeva anche idee innovative come premiare i supermercati che allestiscono espositori di prodotti più sani alle casse e distribuire gratuitamente frutta e snack salutari nei centri comunitari. In sintesi, anziché premi ludicizzati, gli incentivi dell'AHWA sono integrati nell'ambiente e nei servizi: il programma crea opportunità e fornisce risorse (ad esempio, programmi di prestito gratuito di attrezzature sportive, lezioni di cucina), rendendo uno stile di vita sano più attraente e raggiungibile per tutti.
Grado di successo	Eccellente ritorno in termini di investimento/Certo
Ostacoli al coinvolgimento	L'AHWA ha dovuto affrontare complesse sfide sociali, tra cui povertà, barriere linguistiche e scarsa fiducia nelle istituzioni. Mantenere lo slancio per un orizzonte temporale di 20 anni ha richiesto una leadership forte, un coordinamento intersettoriale e l'adattamento a problematiche come il tempo trascorso davanti a uno schermo e il marketing del cibo spazzatura. Sebbene le prime riduzioni dell'obesità si siano stabilizzate entro il 2015, il programma ha risposto sviluppando strategie e coinvolgendo le comunità. La resistenza dell'industria è stata gestita inquadrando la salute come una responsabilità condivisa e basando le azioni su dati concreti.

M03	Amsterdam Healthy Weight Approach (AHWA)
Note	Si prega di notare che il numero di volontari è difficile da determinare, numero di personale (retribuito): circa 25 dipendenti a tempo pieno più circa 75 dipendenti collegati tra i dipartimenti. AHWA si distingue per l'utilizzo di un "approccio sistemico completo" (WSA) all'obesità, il che significa che non consiste in un singolo programma o politica, ma piuttosto in una rete di azioni e politiche che operano in sinergia. Ad esempio, Amsterdam ha migliorato contemporaneamente l'ambiente alimentare (vietando le bevande zuccherate dai locali scolastici, offrendo corsi di cucina sana ai genitori), ha promosso l'attività fisica (Jump-in nelle scuole, investimenti nei parchi giochi, lezioni sportive gratuite) e ha affrontato i determinanti sottostanti (povertà e sostegno sociale). Hanno anche posto grande enfasi sul monitoraggio e sui dati: la città può monitorare le tendenze per quartiere e adattarsi di conseguenza. Un aspetto interessante è l'attenzione alla prima infanzia (0-5 anni): riconoscendo le abitudini fin da piccoli, hanno raggiunto il loro primo traguardo: tutti i bambini da 0 a 5 anni hanno raggiunto un peso sano entro il 2018, in parte lavorando attraverso cliniche per la maternità e programmi per la prima infanzia. L'AHWA definisce esplicitamente il mantenimento di un peso sano in età infantile come una responsabilità di tutti, non una "colpa" del bambino. Questa riformulazione ha contribuito a mobilitare un'ampia coalizione. L'approccio è stato documentato in un modello logico per aiutare altre città a emularlo. Una sfida è stata quella di sostenere il declino; il plateau raggiunto dal 2015 indica che potrebbero essere necessarie nuove strategie (forse affrontando l'ambiente obesogeno a un livello più elevato) per ottenere ulteriori cali. Ciononostante, l'iniziativa di Amsterdam rimane un punto di riferimento per la salute pubblica municipale: una strategia a lungo termine e ben finanziata che ha ottenuto un impatto misurabile e ridotto le disuguaglianze sanitarie. Sottolinea che invertire la tendenza all'obesità infantile è difficile, ma possibile con volontà politica, risorse sufficienti e un piano d'azione persistente e adattivo.

M04	Finnish Schools on the Move
Regione	Finlandia/livello Nazionale

M04	Finnish Schools on the Move
Sommario	Finnish Schools on the Move è un'iniziativa nazionale sostenuta dal governo che mira a costruire una cultura scolastica fisicamente attiva integrando il movimento durante l'intera giornata scolastica. Avviato nel 2010, il programma include ora oltre il 90% degli istituti comprensivi finlandesi. Le scuole elaborano volontariamente i propri piani d'azione, che in genere includono ricreazione attiva, pause per il movimento durante le lezioni, metodi di insegnamento fisicamente attivi e promozione di spostamenti attivi. L'approccio è inclusivo e adattabile, coinvolgendo insegnanti, studenti e comuni. Le valutazioni indicano che l'iniziativa ha portato a una riduzione del tempo sedentario, a un miglioramento dei livelli di attività fisica e a un maggiore coinvolgimento degli studenti e del clima scolastico. In particolare, la percentuale di bambini che soddisfano le raccomandazioni sull'attività fisica è aumentata, in particolare tra le ragazze. Il programma è diventato una componente centrale della strategia finlandese per l'istruzione e la salute pubblica e funge da modello internazionale per ambienti scolastici attivi.
Sito Web	https://schoolsonthemove.fi/
Risultati attesi	Aumento dell'attività fisica quotidiana tra gli studenti e ridurre il comportamento sedentario durante la giornata scolastica.
Tipologia di pratiche e durata	Programma di partecipazione di più settimane 80 ore
Staff / Volontari / Partecipanti	1000 / 0 / 80000
Attività / Esperienze	Cammino, gioco, pause attive in classe, giochi all'aperto / Principiante, Miglioramento
Inclusività	Disabilità - Difficoltà di apprendimento, Svantaggio - Povertà educativa, Discriminazione - Genere
Sostenibilità	Bambini (6-10 anni), ragazzi (11-13 anni), adolescenti e giovani (14-20 anni)
Costi/ Incentivi	Gratis/ Il programma si basa su incentivi intrinseci e sociali più che su ricompense estrinseche. Agli studenti viene data voce nella pianificazione di attività divertenti: ad esempio, potrebbero introdurre giochi di "ricreazione attiva" o pause di movimento in classe, il che di per sé motiva la partecipazione attraverso il divertimento. Alcune scuole offrono incentivi informali come sfide di attività, tornei sportivi durante la ricreazione o tabelle di adesivi, ma questi sono determinati a livello locale. L'incentivo più ampio è la creazione di una cultura scolastica gioiosa: i bambini possono giocare e muoversi di più (cosa che amano), e le scuole ne traggono beneficio per concentrazione e comportamento. In Finlandia, partecipare a Schools on the Move può anche rafforzare la reputazione di una scuola; è in linea con gli obiettivi nazionali di qualità dell'istruzione. Tuttavia, non sono previsti premi competitivi o in denaro: l'obiettivo è rendere il movimento una parte normale della giornata piuttosto che un risultato speciale.
Grado di successo	Eccellente ritorno in termini di investimento / Certo.

M04	Finnish Schools on the Move
Ostacoli al coinvolgimento	All'inizio, alcuni insegnanti temevano che l'aggiunta di attività fisica avrebbe ridotto il tempo dedicato alle lezioni. Questo problema è stato affrontato da ricerche che non hanno dimostrato alcun danno per l'apprendimento: anzi, l'esercizio fisico può migliorare prerequisiti di apprendimento come la concentrazione. Un altro ostacolo era la necessità di un cambiamento di mentalità: tradizionalmente, le lezioni erano sedentarie, quindi gli insegnanti dovevano adattarsi a metodi di apprendimento come l'attività fisica e pause frequenti. La formazione degli insegnanti e la condivisione delle migliori pratiche hanno contribuito a superare questo problema.
Note	Il programma Finnish Schools on the Move è spesso indicato come una buona pratica nell'implementazione del modello "Scuole che promuovono la salute" dell'OMS. La chiave del suo successo è l'approccio "whole-of-school": integrare l'attività fisica nei programmi scolastici, nella ricreazione, nella progettazione delle strutture scolastiche e nelle routine degli spostamenti. Le innovazioni includono lezioni fisicamente attive (gli insegnanti integrano il movimento in matematica, lingua, ecc.), l'uso di banchi in piedi o cuscini per il movimento in classe e club gestiti dagli studenti durante la ricreazione. L'enfasi del programma sull'iniziativa degli studenti (gli studenti contribuiscono a pianificare le attività e persino le politiche) è stata citata come fattore della sua elevata accettazione. Rendendo la giornata scolastica più attiva, la Finlandia non ha osservato alcun calo del rendimento scolastico; al contrario, gli insegnanti segnalano un comportamento migliore nello svolgimento dei compiti. Questa iniziativa sottolinea che un cambiamento comportamentale su larga scala è possibile in un contesto educativo, soprattutto quando è in linea con gli obiettivi educativi ed è supportato da un forte impegno politico.

M05	Bicibús (Bike Bus)
Regione	Spagna / Barcellona eRegione Catalogna

M05	Bicibús (Bike Bus)
Sommario	Bicibús è un'iniziativa comunitaria che organizza gite di gruppo guidate in bicicletta verso la scuola lungo percorsi prestabiliti, simili a quelli di uno scuolabus, ma in bicicletta. Nata in Catalogna nel 2021, è cresciuta rapidamente a Barcellona e in tutta la Spagna, con decine di percorsi e oltre 1.200 bambini che partecipano ogni settimana. Le gite sono coordinate da genitori e insegnanti volontari e supportate dalla polizia municipale per la sicurezza stradale. L'iniziativa mira a rendere il tragitto casa-scuola divertente, sicuro e sostenibile, incoraggiando i bambini e le loro famiglie a usare la bicicletta invece dell'auto. Bicibús promuove l'attività fisica, riduce la congestione del traffico e promuove un forte senso di comunità. La sua atmosfera festosa, spesso accompagnata da musica e decorazioni, l'ha resa popolare tra i bambini, che hanno espresso entusiasmo per l'idea di andare a scuola in bicicletta. Il modello è facilmente replicabile e movimenti simili sono emersi a livello internazionale, dimostrando il suo potenziale come intervento di mobilità attiva scalabile e rispettoso dell'ambiente.
Sito Web	https://bicibus.cat/
Risultati attesi	Incoraggiare l'uso della bicicletta, ridurre l'uso dell'auto e promuovere il pendolarismo scolastico attivo e la coesione della comunità.
Tipologia di pratiche e durata	Programma di partecipazione di più settimane 40 ore
Staff / Volontari / Partecipanti	0 / 150 / 1200
Attività / Esperienze	Biking / principianti
Inclusività	Barriere Economiche, Discriminazione verso i Migrants
Sostenibilità	bambini (6-10 anni), ragazzi (11-13 anni)
Costi/ Incentivi	Gratuito / Il bicibús trasforma il banale tragitto casa-scuola in un evento divertente e sociale, che è di per sé un incentivo. I bambini adorano questa esperienza: molti la descrivono come il momento clou della loro giornata, come una "festa su ruote". Spesso si ascolta musica (a Barcellona, una bici da carico con altoparlanti apre la strada, diffondendo canzoni allegre scelte dai bambini). C'è un senso di cameratismo e libertà nell'occupare la strada con decine di altri bambini. Questa positiva esperienza tra coetanei motiva i bambini a implorare i genitori di lasciarli andare in bici ogni settimana. Alcuni gruppi di bicibús festeggiano i traguardi (come il centesimo giro) con dolcetti o copertura mediatica, dando ai bambini un senso di orgoglio. Inoltre, le famiglie vedono incentivi pratici: i genitori fanno esercizio fisico e risparmiano tempo evitando le code per lasciare le auto. È importante sottolineare che la sicurezza nell'essere uniti è un incentivo: i genitori che potrebbero essere a disagio nel lasciare che un bambino vada in bici da solo si sentono molto più sicuri quando vanno in bici in un gruppo numeroso e controllato. La natura collettiva del bicibús offre un senso di sicurezza e incoraggiamento che pochi proverebbero andando in bici da soli.

M05	Bicibús (Bike Bus)
Grado di successo	Eccellente ritorno in termini di investimento/Certamente
Ostacoli al coinvolgimento	Sicurezza e logistica sono le preoccupazioni principali. Organizzare un percorso sicuro richiede il coordinamento con le autorità del traffico, soprattutto nelle città trafficate. Inizialmente, il bicibús di Barcellona necessitava di una massiccia scorta di polizia a causa del traffico intenso. Col tempo si è arrivati a una sola auto di pattuglia, ma questo indica la sfida di destreggiarsi nel traffico reale: non tutte le città possono fare a meno delle unità di polizia regolarmente. Nelle aree prive di piste ciclabili, percorrere una corsia con un gruppo di bambini può essere scoraggiante; gli adulti volontari devono fungere da scudi umani davanti, dietro e ai lati del gruppo. Il meteo può essere un altro ostacolo: pioggia o freddo possono ridurre l'affluenza, quindi la coerenza potrebbe diminuire nei mesi invernali (anche se i gruppi dedicati continuano a utilizzare gli impermeabili). C'è anche il problema di sostenere il coinvolgimento dei volontari: un bicibús spesso si basa su un nucleo di pochi genitori; se i loro figli si diplomano o se ne vanno, la continuità dipende dall'impegno di altri. Inoltre, non tutte le famiglie hanno biciclette o possono partecipare (per motivi di distanza o altri impegni), quindi il bicibús funziona meglio come parte di un menu di opzioni. Anche la mentalità culturale è un fattore determinante: nelle comunità in cui l'uso dell'auto per andare a scuola è profondamente radicato, avviare un servizio di bicibus richiede impegno. Tuttavia, la rapida crescita in Catalogna (da 1 linea a oltre 90 linee in un paio d'anni) suggerisce che, una volta che un piccolo gruppo inizia e dimostra che è possibile, altri superano con entusiasmo queste barriere.
Note	Sicurezza e logistica sono le preoccupazioni principali. Organizzare un percorso sicuro richiede il coordinamento con le autorità del traffico, soprattutto nelle città trafficate. Inizialmente, il bicibús di Barcellona necessitava di una massiccia scorta di polizia a causa del traffico intenso. Col tempo si è arrivati a una sola auto di pattuglia, ma questo indica la sfida di destreggiarsi nel traffico reale: non tutte le città possono fare a meno delle unità di polizia regolarmente. Nelle aree prive di piste ciclabili, percorrere una corsia con un gruppo di bambini può essere scoraggiante; gli adulti volontari devono fungere da scudi umani davanti, dietro e ai lati del gruppo. Il meteo può essere un altro ostacolo: pioggia o freddo possono ridurre l'affluenza, quindi la coerenza potrebbe diminuire nei mesi invernali (anche se i gruppi dedicati continuano a utilizzare gli impermeabili). C'è anche il problema di sostenere il coinvolgimento dei volontari: un bicibús spesso si basa su un nucleo di pochi genitori; se i loro figli si diplomano o se ne vanno, la continuità dipende dall'impegno di altri. Inoltre, non tutte le famiglie hanno biciclette o possono partecipare (per motivi di distanza o altri impegni), quindi il bicibús funziona meglio come parte di un menu di opzioni. Anche la mentalità culturale è un fattore determinante: nelle comunità in cui l'uso dell'auto per andare a scuola è profondamente radicato, avviare un servizio di bicibus richiede impegno. Tuttavia, la rapida crescita in Catalogna (da 1 linea a oltre 90 linee in un paio d'anni) suggerisce che, una volta che un piccolo gruppo inizia e dimostra che è possibile, altri superano con entusiasmo queste barriere.

M06	National Action Against Childhood Obesity
Regione	Grecia / livello Nazionale
Sommario	L'Azione Nazionale contro l'Obesità Infantile è un'iniziativa globale, guidata dal governo e lanciata nel 2023 dal Ministero della Salute greco in collaborazione con l'UNICEF. Mira a ridurre l'obesità infantile promuovendo un'alimentazione sana e l'attività fisica tra i bambini di età compresa tra 0 e 17 anni. Il programma include servizi di telemedicina che offrono consulenza gratuita da parte di pediatri, dietisti e psicologi; istruzione scolastica con l'utilizzo di kit di strumenti personalizzati; ed eventi pubblici su larga scala che combinano attività fisica e sensibilizzazione nutrizionale. Eventi comunitari, come la "Grande Festa per l'Esercizio Fisico e la Nutrizione", attirano migliaia di bambini e famiglie, offrendo sport interattivi e spuntini salutari. L'iniziativa fa parte del Piano di Recupero e Resilienza della Grecia, finanziato dall'UE, e mira a ridurre i tassi di obesità infantile a livello nazionale dal 37,5% del 2019 al 24,5% entro il 2030. Integra assistenza primaria, istruzione scolastica e coinvolgimento della comunità, garantendo l'inclusività tra i gruppi socioeconomici. Le prime risposte mostrano un forte coinvolgimento, con un ampio coinvolgimento delle parti interessate e primi segnali di una maggiore consapevolezza e di un cambiamento comportamentale. La scalabilità dell'iniziativa, l'integrazione della sanità pubblica e il supporto intersettoriale la rendono un modello promettente per la prevenzione dell'obesità a livello nazionale attraverso l'attività fisica e la promozione di stili di vita sani.
Sito Web	https://paxisarkiakaipaidi.gov.gr/
Risultati attesi	Promuovere un'alimentazione sana e aumentare l'attività fisica tra i bambini (0-17 anni) per combattere l'obesità infantile.
Tipologia di pratiche e durata	Programma di partecipazione di più settimane 30 ore
Staff / volontari / Partecipanti	100 / 100 / 2000
Attività/ Esperienze	Attività fisica generale, dimostrazioni sportive (ad esempio basket, corsa a ostacoli, arrampicata) / Principiante
Inclusività	Difficoltà dovute a barriere economiche Economic Barriers, Povertà educativa, Discriminazioni verso i migranti
Sostenibilità	bambini (6-10 anni), ragazzi (11-13 anni), adolescenti e giovani (14-20 anni)

M06	National Action Against Childhood Obesity
Costi / Incentivi	Gratuito / L'iniziativa adotta un approccio olistico e incentrato sulla salute, anziché ricorrere a premi. Tra gli incentivi principali figurano l'offerta gratuita a famiglie e bambini di risorse e supporto per raggiungere uno stile di vita sano. Ad esempio, il piano prevede l'introduzione di un'app digitale per la diagnosi precoce del sovrappeso: quando le misurazioni di un bambino indicano un peso eccessivo, alla famiglia verrà offerta una consulenza tempestiva e gratuita da parte di un team multidisciplinare (nutrizionisti, psicologi, ecc.). Questo funge efficacemente da incentivo, rimuovendo le barriere (costi, accesso) all'assistenza di esperti. Nelle scuole, il programma sta arricchendo i programmi di studio con un'educazione divertente all'alimentazione e all'attività fisica, con l'obiettivo di coinvolgere gli studenti attraverso un apprendimento piacevole (come corsi di cucina sana o giochi attivi). Alcuni progetti pilota locali hanno distribuito contapassi o campioni di snack salutari per suscitare interesse, ma si tratta di iniziative dimostrative. Nel complesso, l'"incentivo" è il miglioramento della salute e della qualità della vita: il messaggio del programma fa leva sul desiderio dei genitori per il benessere dei propri figli. È implicito anche un riconoscimento di alto livello: le scuole che implementano i componenti del programma (ad esempio migliorando l'offerta della mensa) possono essere riconosciute come scuole che promuovono la salute e le comunità possono ottenere un riconoscimento per la loro partecipazione.
Grado di successo	Adeguato ritorno dell'investimento / Auspicabile
Ostacoli al coinvolgimento	La Grecia si trova ad affrontare una sfida culturale e sistemica con l'obesità infantile. Tra gli ostacoli figurano abitudini alimentari radicate (ad esempio, l'elevato consumo di snack e bevande zuccherate nonostante l'eredità della dieta mediterranea) e limitate opportunità di attività fisica per i giovani. Il programma deve superare la potenziale resistenza al cambiamento in ambito domestico e scolastico. A livello di attuazione, il coordinamento tra più settori (sanità, istruzione, agricoltura, sport) è complesso: allineare i miglioramenti dei pasti scolastici con i fornitori di alimenti locali o formare contemporaneamente operatori sanitari e insegnanti richiede una solida gestione del progetto. Un altro ostacolo è la portata: raggiungere l'obiettivo di ridurre la prevalenza dell'obesità dal 37,5% (livello del 2019) al 24,5% entro il 2025 è ambizioso. I tempi sono stretti, il che significa che gli interventi devono essere implementati rapidamente ed efficacemente. Garantire la coerenza e la qualità dell'erogazione del programma in centinaia di scuole e cliniche, e nelle aree urbane rispetto a quelle rurali, è una sfida. Tuttavia, il coinvolgimento dell'UNICEF e l'utilizzo dei fondi UE apportano ulteriori competenze e risorse. Anche i fattori socioeconomici svolgono un ruolo: Le famiglie in povertà potrebbero avere difficoltà ad accedere a cibo sano o a spazi di gioco sicuri, quindi il programma deve affrontare queste problematiche più ampie (cosa che si propone di fare attraverso riforme intersettoriali). Infine, la valutazione in un arco di tempo così breve potrebbe essere difficile: cambiare i comportamenti può richiedere tempo e potrebbe sorgere scetticismo se non si vedono risultati rapidi. I progettisti del programma riconoscono queste barriere e sottolineano la necessità di costruire un quadro "intersettoriale e multidisciplinare" per affrontarle.

M06	National Action Against Childhood Obesity
Note	Questa iniziativa greca è degna di nota per la sua progettazione a livello nazionale, che abbraccia l'intero sistema. Affronta contemporaneamente questioni dietetiche (ad esempio, migliorando i menu delle mense scolastiche, campagne di sensibilizzazione pubblica su un'alimentazione sana), di attività fisica (integrando l'esercizio fisico quotidiano nei programmi scolastici, promuovendo la partecipazione ad attività sportive) e persino di problematiche emergenti come lo spreco alimentare (insegnando ai bambini a non sprecare cibo sano). Una componente interessante è l'uso di strumenti di salute digitale: i genitori avranno accesso a un'app/piattaforma online in grado di monitorare l'IMC e gli indicatori di stile di vita dei propri figli e di metterli in contatto con operatori sanitari per una consulenza personalizzata. Questo approccio di e-health potrebbe creare un ciclo di feedback che fornisca informazioni alle famiglie. Il programma mira inoltre esplicitamente a ridurre le disparità sanitarie: si rivolge ai "bambini bisognosi", il che significa che gli interventi sono personalizzati per le comunità con tassi di povertà o obesità più elevati, includendo forse pasti sani sovvenzionati o programmi sportivi gratuiti in quelle aree. Questa attenzione all'equità è fondamentale in Grecia, dove le crisi economiche hanno avuto un impatto sulla nutrizione. L'Azione Nazionale ha posto la Grecia al centro dell'attenzione nei dibattiti OMS/Europa: i funzionari greci stanno condividendo le lezioni apprese con altri paesi dell'Europa meridionale che affrontano problemi simili. In caso di successo, potrebbe diventare un modello per altre nazioni. Sono in atto piani di monitoraggio e valutazione (con partner accademici) e i primi risultati (come una migliore conoscenza o piccole riduzioni dell'IMC nelle scuole pilota) saranno probabilmente pubblicati nei prossimi anni. In sostanza, la Grecia sta intraprendendo un'iniziativa coraggiosa e articolata; sebbene sia troppo presto per giudicare i risultati, il piano rappresenta un deciso riconoscimento politico dell'obesità infantile come urgente priorità di salute pubblica. L'implementazione abbraccia diversi contesti: scuole (con insegnanti e infermieri scolastici formati su nutrizione/attività fisica), assistenza sanitaria (pediatri che monitorano la crescita e forniscono consulenza alle famiglie) e organizzazioni comunitarie. L'Università di Harokopio e altri istituti di ricerca sono coinvolti nel monitoraggio e nella valutazione dell'implementazione del programma.

M07	BASE
Regione	Drenthe, Olanda

M07	BASE
Sommario	Base è un programma di buddy basato sulla comunità. Il bello è che è nato da un progetto europeo Erasmus. A Drenthe abbiamo sviluppato il risultato trasformandolo in un progetto nazionale. L'elemento chiave è l'ispirazione tra pari, in modo da ispirare il proprio gruppo di pari a essere attivo. Base offre un processo completo con molti strumenti. Inizialmente si concentrava sugli anziani, ma si è esteso ad altri gruppi, inclusi adolescenti e gemelli.
Sito web	www.sportdrenthe.nl
Risultati attesi	Persone più attive (prossimo 10%')
tipologia di pratiche e durata	1-evento di un giorno 2 ore
Staff / Volontari / Partecipanti	2 / 40 / 1000
Attività/Esperienze	Soprattutto camminate, escursioni, ciclismo / Principianti
Inclusività	Disabilità – utentii in sedia a rotelle, Disabilità - mobilità ridotta, Disabilità - disturbo dello spettro autistico (ASD), Disabilità - difficoltà di apprendimento, Disabilità - disturbi del linguaggio, Disabilità - difficoltà di lettura, Disabilità - sordità, Disabilità - ciechi/ipovedenti, Disabilità - nanismo, Disabilità - problemi cardiaci, Svantaggio - barriere economiche, Svantaggio - povertà educativa, Svantaggio - barriere alle strutture/spazi aperti, Sociale - solitudine, Sociale - isolamento, Discriminazione - migranti, Discriminazione - genere
Sostenibilità	Bambini (6-10 anni), ragazzi (11-13 anni), Ragazzi (14-20 anni), Giovani adulti (21-34 anni), Adulti (34-69 anni), Anziani (70+)
Costi/ Incentivi	Gratis / Nessuno
Grado di successo	Eccellente ritorno in termini di investmento / Carto
Ostacoli al coinvolgimento	coinvolgere le persone inattive
Note	

M08	Start to move
Regione	Drenthe, Olanda

M08	Start to move
Sommario	Si tratta di essere o rimanere attivi. Nella nostra filosofia, non possiamo iniziare abbastanza presto con attività stimolanti? Quindi questo programma Start to Move si concentra sulle donne che desiderano un figlio, sulle donne incinte, sulle giovani mamme e papà e sui bambini nei loro primi 1000 giorni. Vogliamo ricaricare la batteria BeActive in questi primi 1000 giorni, in modo che possa funzionare per tutta la vita. Questo potrebbe essere il motivo per cui rimangono attivi dopo gli eventi della vita o l'attività fisica può persino essere un modo per affrontare gli eventi della vita. Ci sono alcune fasi durante questi primi 1000 giorni: - durante la gravidanza l'attività fisica sarà un argomento di discussione durante le visite di assistenza; - dopo il parto, ogni neonato riceverà una borsa con attività con possibilità come l'iscrizione gratuita, sessioni di prova e alcuni libri con esempi; - ogni comunità ha un club di attività per giovani mamme; - formazione specifica per gli allenatori di quartiere sulle attività per bambini piccoli; - "Nijntje beweegt". Formazione per gli operatori degli asili nido e delle scuole materne.
Sito Web	www.sportdrenthe.nl
Risultati attesi	Batterie completamente cariche per leattività
Tipologia di pratiche e durata	Programma di 1000 giorni 250 ore
Staff / Volontari / Partecipanti	12 / 48 / 20000
Attività/Esperienze	Istruzione, promozione, palestra, palle, camminata e ciclismo / Principiante
Inclusività	Bambini – dai 10 mesi fino a 6 anni
Sostenibilità	Bambini (6-10 anni), ragazzi (11-13 anni), Ragazzi (14-20 anni), Giovani adulti (21-34 anni), Adulti (34-69 anni), Anziani (70+)
Costi/ Incentivi	Gratis / soltanto momenti di contatto
Grado di successo	Eccellente ritorno in termini di investmento/ Certo
Ostacoli al coinvolgimento	Individuare il giusto gruppo
Note	

M09	Drenthe beweegt samen - BeActive Drenthe
Region	Drenthe, Olanda
Sommario	BeActive Drenthe è un programma quotidiano trasmesso sulla televisione regionale che stimola le persone a essere attive. A casa, durante la presentazione, ma anche con suggerimenti per gli altri momenti della settimana. Ogni giorno 15 minuti di istruzioni sullo schermo da parte di un coach BeActive qualificato, mentre alcuni partecipanti seguono il coach. L'attenzione è rivolta alle persone che non sono attive e si concentra sulla prevenzione della salute.
Sito Web	www.sportdrenthe.nl
Risultati attesi	Riduzione inattività (intorno al 10%)
Tipologia di pratiche e durata	Tutti i giorni della settimana, tutte le settimane dell'anno. 0,15 ore al giorno
Staff / Volunteers / Participants	5 / 8 / 10
Attività/Esperienza	Danza, ginnastica, yoga, / principianti
Inclusività	Disabilità - utenti dinsedia a rotelle, Disabilità - mobilità ridotta, Disabilità - disturbo dello spettro autistico (ASD), Disabilità - difficoltà di apprendimento, Disabilità - disturbi del linguaggio, Disabilità - difficoltà di lettura, Disabilità - sordità, Disabilità - ciechi/ipovedenti, Disabilità - nanismo, Disabilità - problemi cardiaci, Svantaggio - barriere economiche, Svantaggio - povertà educativa, Svantaggio - barriere alle strutture/spazi aperti, Sociale - solitudine, Sociale - isolamento, Discriminazione - migranti, Discriminazione - genere
sostenibilità	Adulti (34 - 69 anni), anziani (70+anni)
Costi / Incentivi	Gratis / Nessuno
Grado di successo	Eccellente ritorno in termini di investmento / Certo
Ostacoli al coinvolgimento	Risorse economiche e finanziarie)
Note	

M10	Outdoor Activator Programme
Regione	Cavan , Ireland
Sommario	Un programma di esercizi di sei settimane con racchette da passeggio attivatori per persone di età pari o superiore a 50 anni, per aiutarle a tornare a fare esercizio dopo le misure di blocco dovute al Covid-19.
Sito Web	-
Risultati attesi	* Aumentare le opportunità per gli anziani della contea di praticare attività fisica * Introdurre una nuova attività adatta agli anziani * Promuovere e percorsi pedonali e nei parchi locali nella contea che ha ospitato il programma * Supportare le persone con problemi di equilibrio e mobilità
Tipologia di pratiche e durata	Programma di partecipazione di più settimane 12 ore
Staff / Volontari / Partecipanti	1 / 0 / 65
Attività / Esperienza	Cammino / principianti
Inclusività	Disabilità per- mobilità ridotta, sociale o solitudine
Sostenibilità	bambini (11-13 years), Adulti (34 - 69 years), anziani (70+)
Costi / Incentivi	gratis / nessuno
Grado di successo	Buon ritonro in termini di investimento/ auspicabile
Ostacoli al coinvolgimento	
Note	

M11	The Banner Challenge
Regione	Clare, Ireland

M11	The Banner Challenge
Sommario	Un evento di attività fisica nell'ambito della Settimana europea dello sport durante il Covid-19
Sito Web	
Risultati attesi	Coinvolgere i partecipanti di tutta la società nella ripresa dell'attività fisica e motoria dopo il Covid-19 - ha utilizzato Strava per misurare la distanza
Tipologia di pratica e durata	Evento di più giorni 10 ore
Staff / Volontari / Partecipanti	10 / 0 / 1047
Attività / Esperienza	Cammino / principiante, avanzato
Inclusività	Sociale - Solitudine, disabilità - generale
Sostenibilità	Bambini (6-10 anni), ragazzi (11-13 anni), giovani (14-20 anni), giovani adulti (21 - 34 anni)
Costi / Incentivi	gratis / Una medaglia in bronzo fuso su misura è stata assegnata a coloro che hanno completato 10 km durante la sfida. Un certificato di merito è stato consegnato a ciascun bambino nelle scuole partecipanti e la classe ha ricevuto una medaglia.
Grado di successo	Adeguato ritorno sull'investimento / Probabile
Ostacoli al coinvlgimento	Richiede un account su Strava e un dispositivo compatibile
Note	

M12	Rebel Run a Mile Challenge
Regione	Cork, Ireland
Sommario	Incoraggiare le persone che usufruiscono dei servizi per disabili ad aumentare i loro livelli di attività fisica sviluppando un programma strutturato di "corsa di un miglio"
Sito Web	

M12	Rebel Run a Mile Challenge
Risultati attesi	Incoraggiare le persone che usufruiscono dei servizi per disabili ad aumentare i loro livelli di attività fisica sviluppando un programma strutturato di "corsa di un miglio"
Tipologia di pratiche e durata	Programma di partecipazione di più settimane 12 ore
Staff / volontari / partecipanti	2 / 0 / 30
Actività/ esperienza	cammino, corsa / principiante, avanzato
inclusività	Disabilità - mobilità ridotta, Disabilità - disturbo dello spettro autistico (ASD), Disabilità - difficoltà di apprendimento, Disabilità - problemi cardiaci, Svantaggio - barriere alle strutture/spazi aperti
Sostenibilità	Bambini (6-10 anni), Ragazzi (11-13 anni), giovani (14-20 anni)
Costi / Incentivi	gratis / nessuno
Grado di successo	adeguato ritorno sull'investimento / Probabilmente
Ostacoli al coinvolgimento	
Note	

M13	Outdoor Exercises
Region	İstanbul/ Turchia
Sommario	Come Spor Istanbul, nel 2024 abbiamo fornito servizi a 18.000 persone per 240.000 volte in 408 diverse località di Istanbul, 7 giorni su 7, e ci siamo assicurati che più persone praticassero attività fisica. Poiché persone di tutte le età possono partecipare ad attività fisica all'aperto, siamo riusciti a mettere in contatto persone over 60 con difficoltà di accesso alle strutture sportive con l'attività fisica. In questo contesto, possiamo raccomandare l'attività fisica all'aperto come best practice. Applicando la stessa attività fisica sulle linee urbane, abbiamo offerto l'opportunità di fare attività fisica anche a chi viaggiava sui traghetti, raggiungendo 9.420 persone in 785 sessioni.

M13	Outdoor Exercises
Sito Web	
Risultati attesi	
Tipologie di pratiche e durata	Programma di partecipazione di più settimane 1 ora a settimana
Staff / volontari / partecipanti	
Actività / esperienza	Movimenti di esercizi di base / Principiante, Miglioratore, Maestro, Veterano
Inclusività	Svantaggio - Barriere economiche, Svantaggio - Barriere alle strutture/spazi aperti, Sociale - Solitudine, Sociale - Isolamento, Discriminazione - Migranti, Discriminazione - Genere
Sostenibilità	Giovani (14-20 anni), Giovani adulti (21-34 anni), Adulti (34-69 anni), Anziani (70+)
Cost i/ Incentivi	gratis / nessuno
Grado di successo	Buon ritorno sull'investimento / Sicuramente
Ostacoli al coinvolgimento	
Note	

M14	Home Exercise Program
Regione	İstanbul/ Turchia
Sommario	Come Spor İstanbul, lavoriamo instancabilmente per rendere Istanbul una città più attiva. A tal fine, offriamo l'esercizio fisico regolare a tutti coloro che non possono accedere ai servizi offerti nelle nostre strutture o partecipare ai nostri eventi tramite le nostre trasmissioni in diretta e i nostri video "Home Exercise". Pubblichiamo inoltre molti altri video di esercizi, come quelli per adulti, bambini, over 60, disabili ed esercizi con materiali da utilizzare a casa, sul nostro canale YouTube. In questo contesto, sosteniamo la partecipazione all'attività fisica di coloro che non possono accedere alle strutture sportive con video di esercizi da fare a casa.
Sito Web	https://youtu.be/rgxk1-O2LM8

M14	Home Exercise Program
Risultati attesi	
Tipologia di pratica e durata	Evento di più giorni
Staff / Volontari / Partecipanti	
Attività / Esperienza	attività di fitness e di esercizi di base / Principiante, Miglioratore, Maestro, praticante assiduo esperto
Inclusivtià	Disabilità - Disturbi del linguaggio, Disabilità - Difficoltà di lettura, - ostacoli economici, Povertà educativa, - Barriere nelle strutture/spazi aperti, Sociale - Solitudine, Isolamento sociale, Discriminazione dei Migranti, Discriminazione di Genere
Sostenibilità	Giovani (14-20 anni), Giovani adulti (21-34 anni), Adulti (34-69 anni), Anziani (70+)
Costi/ Incentivi	gratis / nessuno
Grado di successo	Buon ritorno sull'investimento / Sicuramente
Ostacoli al coinvolgimento	
Note	

M15	Exercise for just 1₺
Regione	İstanbul/ Turchia
Sommario	Abbiamo fissato la tariffa di utilizzo della struttura per le persone di età superiore ai 65 anni e per i pensionati a 1₺ in 72 strutture appartenenti a Spor Istanbul, con l'obiettivo di incoraggiare le persone di età superiore ai 65 anni a partecipare maggiormente all'attività fisica.
Sito Web	
Risultati attesi	
Tipologia di pratica e durata	Evento di più giorni

M15	Exercise for just 1₺
Staff / volontari / partecipanti	
Attività / esperienza	Fitness e nuoto / Principiante, Miglioratore, Maestro, Veterano
Inclusività	Disabilità - Problemi cardiaci, limitazioni - Barriere economiche, limitazioni - Barriere nelle strutture/spazi aperti, Sociali – Solitudine e Isolamento Sociale
Sostenibilità	Adulti (34 - 69 anni), Anziani (70+)
Costi / incentivi	gratis / nessuno
Grado di successo	Ottimo ritorno sull'investimento / Sicuramente
Ostacoli al coinvolgimento	
Note	

M16	Students Get 50% Off Sport
Regione	İstanbul/ Turchia
Sommario	I 72 impianti sportivi di Sport Istanbul offrono servizi sportivi con uno sconto del 50% per gli studenti. In questo contesto, l'obiettivo è aumentare la partecipazione dei giovani all'attività fisica.
Sito Web	
Risultati attesi	Giovani (14 - 20 anni), Giovani adulti (21 - 25 anni)
Tipologia di pratica e durata	Evento di più giorni
Staff / Volontari / Partecipanti	
Attività / Esperienza	Fitness, nuoto, pilates, basket, tennis / Principiante, Miglioratore, Maestro, praticante assiduo
Inclusività	Limitazioni per difficolta economiche
Sostenibilità	Giovani (14-20 anni), Giovani adulti (21-34 anni)

M16	Students Get 50% Off Sport
Costi / Incentivi	gratis / Sconto sulle tariffe degli impianti
Grado di successo	Ottimo ritorno sull'investimento / Sicuramente
Ostacoli al coinvolgimento	
Note	

M17	Parchi in movimento
Regione	Verona, Regione Veneto/ Italia
Sommario	Eventi e un elenco di attività in primavera e in estate nei diversi parchi della città di Verona, per tutte le fasce d'età.
Sito Web	https://www.parchiemovimento.com
Risultati attesi	Maggiore partecipazione attiva allo sport e alle attività fisiche da parte dei cittadini locali, in particolare quelli che spesso non sono attivi a causa di diversi ostacoli (economici, sociali, di discriminazione, ecc.).
Tipologia di pratica e durata	Programma di partecipazione di più settimane 120 ore
Staff / Volontari / Partecipanti	20 / 10 / 2000
Attività / Esperienza	Cammino, escursioni, yoga, attività fisiche / Principiante, in via di incremento, Praticante assiduo,
Inclusività	Disabilità - utenti in sedia a rotelle, Disabilità - mobilità ridotta, Disabilità - disturbo dello spettro autistico (ASD), Disabilità - difficoltà di apprendimento, Disabilità - disturbi del linguaggio, Disabilità - difficoltà di lettura, Disabilità - sordità, Disabilità - ciechi/ipovedenti, Disabilità - nanismo, Disabilità - problemi cardiaci, Svantaggio - barriere economiche, Svantaggio - povertà educativa, Svantaggio - barriere alle strutture/spazi aperti, Sociale - solitudine, Sociale - isolamento, Discriminazione - migranti, Discriminazione - genere
Sostenibilità	Bambini (6-10 anni), ragazzi (11-13 anni), Ragazzi (14-20 anni), Giovani adulti (21-34 anni), Adulti (34-69 anni), Anziani (70+)

M17	Parchi in movimento
Costi / Incentivi	Gratis / Possibilità di continuare ad allenarsi nelle strutture UISP dopo il periodo estivo
Grado di successo	Adeguato ritorno dell'investimento/auspicabile
Ostacoli al coinvolgimento	lingua, misure sufficienti per raggiungere le persone più svantaggiate
Note	

M18	Progetto Integrato
Regione	Provincia di Rovigo –Regione Veneto / Italia
Partner che realizza	Comitato locale UISP in collaborazione con Azienda Sanitaria Locale

Co-funded by the European Union

M18	Progetto Integrato
Sommario	Il Progetto Integrato UISP Rovigo, sviluppato nella stagione sportiva 2023-2024, è un'iniziativa che si è dimostrata un modello virtuoso per la promozione della salute, la prevenzione e l'inclusione sociale della popolazione adulta e senior della provincia. Il progetto, attivo in 29 comuni, che rappresentano il 58% della provincia, ha coinvolto circa 1.400 persone over 75 con ginnastica dolce, AFA (Attività Fisica Adattata), Fit&Walk e programmi specifici post-ictus. È stato realizzato grazie alla rete costruita con l'ULSS 5 Polesana (Azienda Sanitaria Locale), i comuni partecipanti, le associazioni partner e il fondamentale impegno degli insegnanti UISP. Per stabilire il livello qualitativo e quantitativo raggiunto si è deciso di sviluppare un processo di valutazione affidato a un soggetto esterno. I risultati utili della valutazione offrono dati significativi per la salute pubblica, utili per l'analisi e la definizione di azioni future. La valutazione triennale in corso (2023-2026) mira a misurare concretamente gli effetti del progetto sulla popolazione target. I dati raccolti nell'anno sportivo 2023-24 sono molto incoraggianti: • Il 45% dei partecipanti ha migliorato le proprie capacità motorie, misurate utilizzando la Short Physical Performance Battery; • Il 46% ha mantenuto il proprio livello funzionale, spesso già ottimale; • Riduzione dei sintomi depressivi: dal 12,8% all'inizio del corso al 7,5% alla fine dell'anno; • Miglioramento della percezione della salute, della mobilità quotidiana e della frequenza di attività fisica leggera (dal 56,4% al 68,1%). Si è registrato anche un aumento della partecipazione ad attività di volontariato, che ha coinvolto 1 persona su 5 entro la fine del corso, e una maggiore fiducia nelle proprie capacità motorie, con effetti positivi anche sulla riduzione dell'isolamento sociale. L'UISP ritiene che su queste basi possa essere un buon modello da sostenere e replicare. Gli utenti si sono dichiarati molto soddisfatti (media 9,4 su 10) e hanno espresso il desiderio di proseguire il programma l'anno prossimo. Tra le motivazioni più comuni figurano la necessità di "sentirsi parte di un gruppo", "aumentare la flessibilità", "riacquistare fiducia nel proprio corpo" e "migliorare la qualità della vita". Il Progetto Integrato UISP Rovigo si conferma così una buona pratica locale, sostenuta dalla Regione Veneto con risorse statali del Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, in grado di generare impatti positivi a più livelli: individuale, comunitario e sanitario.
Sito Web	https://www.uisp.it/rovigo2/
Risultati attesi	offrire attività fisica a persone anziane e molto anzione condizuioni sociali e organizzative persone in condizioni pensionati e disoccupati per affrontare l'ostacolo
Tipologia di pratica e durata	Cammino, corsa, yoga, ginnastica/Minimo 10 mesi 85 ore
Staff / volontari / partecipanti	30 / 8 / 2000

M18	Progetto Integrato
attività / esperienza	ginnastica dolce e posturale cammino, AFA principiante, assiduo
inclusività	Disabilità - mobilità ridotta, Disabilità - patologie cardiache, Svantaggio - barriere economiche, Svantaggio - barriere alle strutture/spazi aperti, Sociale - solitudine, Sociale - isolamento, patologie degli anziani
sostenibilità	Adulti (34 - 69 anni), Anziani (70+)
Cost i/ Incentivi	10€ per tutto l'anno / eventi e visite ai musei e valutazione sul miglioramento della salute personale
Grado di successo	Ottimo ritorno dell'investimento / Sicuramente
Ostacoli al coinvolgimento	Riuscire a far fare il primo passo
Note	Sulla base di questa esperienza la UISP ha proposto ad altri comitati locali di sviluppare lo stesso modello di infrastruttura per promuovere il coinvolgimento della popolazione in attività fisiche.

Appendice 2: Organizzazioni Partner

Surpass Sport Systems Ltd. (Irlanda)

Surpass Sport Systems Ltd. è stata fondata nel 2018 per sviluppare e realizzare una piattaforma tecnologica e app incentrate sulla persona che supportano la partecipazione, lo sviluppo e il benessere durante tutto l'arco della vita attraverso lo sport.

Nello sport, la nostra TeamsApp incoraggia le migliori pratiche di allenamento, in particolare per i giovani atleti, fornendo un quadro strutturato per lo sviluppo a lungo termine degli atleti, adatto a tutti gli standard e le ambizioni, integrato con un'amministrazione semplificata e processi correlati.

La nostra app Able Active promuove percorsi, servizi e attività per le persone con disabilità, raccogliendo il loro feedback in una valutazione di accessibilità per oltre 10 categorie di disabilità e generando dati a supporto dell'impatto degli investimenti e della pianificazione territoriale.

Oltre allo sport e alla partecipazione, e sfruttando le nostre piattaforme online sicure e scalabili, forniamo tecnologia a progetti che supportano i tossicodipendenti in fase di recupero, le donne sopravvissute al cancro al seno e promuovono la sicurezza in acqua, sempre attraverso un approccio incentrato sulla persona.

Surpass Sport Systems è il coordinatore del progetto EHLA.

Alleanza Europea per uno Stile di Vita Sano (Belgio)

L'EHLA è stata creata nel 2015 con l'obiettivo di promuovere l'attività fisica e combattere l'obesità in Europa. L'obiettivo principale dell'EHLA è tradurre i dati scientifici in attività educative e comunicative rivolte ai decisori politici, al mondo medico, ai politici e al pubblico. Per raggiungere questo obiettivo, l'EHLA promuove una serie di attività di sensibilizzazione sull'attività fisica attraverso l'organizzazione di incontri, conferenze scientifiche, pubblicazioni, ecc.

L'EHLA collabora con numerose ONG, politici, società accademiche e decisori politici. In questo senso, l'EHLA è legata all'ICCR, la Cattedra Internazionale di Cardiologia con sede presso l'Università Laval di Québec (Canada). L'ICCR comprende 30 esperti internazionali di fama nelle rispettive discipline.

Unione Italiana Sport Per Tutti (Italia)

La UISP (Associazione Italiana Sport Per Tutti) è un ente nazionale di promozione sportiva che opera in Italia dal 1948 con l'obiettivo di incoraggiare e garantire il diritto all'attività fisica per i cittadini di tutte le età, al di là di ogni barriera di classe, sesso, origine, condizione fisica, promuovendo inoltre i valori della solidarietà e della tutela ambientale, dell'inclusione sociale, della tutela della salute e della valorizzazione del patrimonio artistico e culturale.

Nel corso degli anni, la UISP ha portato lo sport e l'associazionismo in ogni parte d'Italia, diventando un'organizzazione che conta, secondo i dati del 2020, 1.000.000 di tesserati e 17.000 società sportive affiliate. La UISP è presente in tutte le regioni, province e in molte città con 142 sezioni locali e 19 strutture di attività. La forza lavoro media annua della sede nazionale UISP è di 15 dipendenti, 4 lavoratori interinali e 4 volontari. La UISP fa parte di reti di livello internazionale come ISCA

(International Sport and Culture Association), FARE (Football Against Racism in Europe) e TAFISA - The Association for International Sport for All.

La UISP è formalmente riconosciuta dal Comitato Olimpico Italiano (CONI) come Associazione di Promozione Sportiva ed è iscritta al Registro Nazionale delle associazioni di promozione sociale del Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali. Inoltre, la UISP è iscritta all'Albo del Ministero dell'Interno degli enti e delle associazioni che svolgono attività a favore degli immigrati e all'Albo degli enti e delle associazioni che svolgono attività nel campo della lotta alle discriminazioni.

L'accreditamento dell'Associazione sulle diverse tematiche di intervento è, infine, supportato da una serie di protocolli d'intesa firmati con il Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, con il Ministero dell'Ambiente, con il Ministero della Giustizia (Dipartimenti della Giustizia Penitenziaria e Minorile) per operare nei confronti di detenuti e persone sottoposte a misure di controllo sociale, con il Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca e con il Ministero della Salute per intraprendere iniziative di Promozione della Salute.

Kinetic Analysis B.V. (Paesi Bassi)

Kinetic Analysis® dimostra il valore aggiunto della tecnologia nella vita delle persone, alterando la percezione e le capacità delle funzioni del corpo umano. Kinetic Analysis® è un'azienda specializzata in tecnologie sportive in rapida espansione nel settore della salute e della vitalità. Fondata nel 2012, Kinetic Analysis® ha sviluppato algoritmi unici utilizzati in sport d'élite come calcio, hockey e golf. Inoltre, espandendosi alla riabilitazione, l'azienda ha fornito una base per l'utilizzo dei dati di movimento per risultati più efficaci. Grazie alla vasta esperienza nella raccolta di dati su ampie popolazioni, l'azienda si è concentrata sull'ottimizzazione del processo di raccolta dati.

Kinetic Analysis® sviluppa dispositivi per l'acquisizione e l'archiviazione di dati, come tessuti intelligenti e sensori ottici, combinando set di dati provenienti da diverse fonti, con un impatto significativo nel settore della vitalità e dell'assistenza sanitaria. Inoltre, sviluppa proposte uniche per il mercato sportivo. L'azienda sta implementando nuove tecniche per l'analisi dei dati su misurazioni fisiologiche e biomeccaniche, combinandole con dati di terze parti, per creare applicazioni utili.

Kinetic Analysis® fornisce dispositivi e software di monitoraggio dello sviluppo a servizio completo, in grado di adattarsi alla vita quotidiana delle persone. Un mix di scienza dei dati, scienze sportive e comportamentali. L'obiettivo è acquisire e analizzare i dati sul movimento umano in modo non invasivo ma naturale, ad esempio utilizzando indumenti intelligenti.

Oggi, Kinetic Analysis è un membro attivo di reti europee di innovazione come EIT Digital e la Piattaforma Europea per l'Innovazione Sportiva (EPSI). L'azienda collabora con importanti università e partner industriali per rimanere all'avanguardia nella ricerca e sviluppo sulle prestazioni umane. In sintesi, KA sfrutta i dati e la tecnologia del movimento umano per promuovere stili di vita più sani e attivi, sia a livello individuale che comunitario.

Spor Istanbul (Turchia)

Spor Istanbul è stata fondata nel 1989 sotto la guida della Municipalità Metropolitana di Istanbul e ha plasmato tutte le sue attività con la visione di creare un impatto sociale attraverso lo sport. L'istituzione, che raggiunge circa 1 milione di abitanti di Istanbul con 10 milioni di presentazioni di servizi all'anno in oltre 70 impianti sportivi, svolge le sue attività in linea con i principi di servizi

sportivi inclusivi, misurazione dell'impatto sociale e contributo agli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile delle Nazioni Unite.

Operando nell'ambito della "Teoria del Cambiamento", Spor Istanbul offre opportunità sportive in 27 diverse sedi; contribuisce allo sviluppo fisico e all'educazione del carattere con scuole e accademie sportive per 132.000 bambini all'anno.

Spor Istanbul, che pone l'impatto sociale nella sua strategia aziendale, produce 101,05 lire turche di beneficio sociale per ogni lire turche di investimento, secondo il Rapporto sul Ritorno Sociale da essa redatto. Inoltre, l'istituzione, firmataria del Global Compact delle Nazioni Unite e dei Women's Empowerment Principles (WEP), realizza progetti basati su volontariato, uguaglianza, salute, inclusività e innovazione.

Distinguibile tra le principali organizzazioni sportive con titoli internazionali come la Maratona di Istanbul e la Mezza Maratona di Istanbul, Spor Istanbul orienta il futuro della vita sportiva urbana con i suoi report annuali sull'attività fisica di Istanbul e i report sull'impatto sociale. I report sulla sostenibilità, basati su dimensioni ambientali, sociali e di governance, sono pubblicati da 3 anni.

Sport Drenthe (Netherlands)

Dal 1968, SportDrenthe è un'organizzazione che rappresenta in modo indipendente gli interessi dello sport nel senso più ampio del termine nella provincia di Drenthe (Paesi Bassi). Il 16 novembre 2018 abbiamo festeggiato il nostro 50° anniversario. "Rendere Drenthe ancora migliore con lo sport" è il nostro principio guida. L'ufficio è composto da 40 dipendenti a tempo indeterminato. Lavoriamo per e con la provincia di Drenthe, tutti i comuni e tutte le istituzioni sociali della regione. Sosteniamo circa 1.300 club sportivi nella provincia di Drenthe.

Uno dei programmi principali di SportDrenthe è Drenthe Beweegt. Drenthe Beweegt è un programma realizzato da SportDrenthe, ma finanziato da tutti i 12 comuni e dalla provincia di Drenthe. Questo programma è iniziato nel 2009 e ha iniziato la sua fase più recente nel gennaio 2025. Drenthe Beweegt sarà responsabile della parte Drenthe del progetto europeo. Drenthe Beweegt ha puntato su numerosi titoli speciali.

Nel 2016 Drenthe è stata la prima regione ciclistica al mondo e nel 2019 è diventata la Comunità Europea dello Sport. Entrambi i titoli hanno dato un grande sostegno alla politica sportiva in generale, ma anche in particolare.