

► **ALCUNI DATI SULL'ATTIVITÀ FISICA - ITALIA**

Il 29 % degli italiani dichiara di praticare sport regolarmente o con una certa regolarità. Il 71 % non pratica mai sport o lo fa meno di una volta al mese.

Scarso apprezzamento delle attività competitive è la risposta maggiormente data dagli italiani (15%), Bulgaria (12%) e Ungheria (12%), anche se molti pochi tra Cipro (2%), Germania (3%), Polonia (3%) e Regno Unito (3%) lo considerano un fattore. (pagina 36)

5 DATI CHIAVE SULLA TENDENZA IN ITALIA - EUROBAROMETRO:

- In Italia, solo il 7% degli intervistati fa esercizio almeno 5 volte a settimana (lontano dalla media Europea del 27%).
- Italia (33%), Portogallo (36%) e Cipro (32%) hanno il più alto tasso di cittadini che non svolgono alcun tipo di attività fisica. Dati in contrasto con Svezia (2%), Danimarca (4%), Finlandia (4%), Slovenia (5%) e Olanda (5%), con il minor tasso di inattività. (pagina 15)
- L'appartenenza a società sportive non è molto diffusa in Italia, dove solo il 3% frequenta i club sportivi contro il 25% in Olanda e il 19% in Germania. (pagina 20)
- Solo l'1% degli Italiani pratica attività sportiva sul luogo di lavoro contro il 19% in Bulgaria e il 15% in Danimarca. (pagina 20)
- Il 15 % dei volontari italiani mette a disposizione più di 6 ore del proprio tempo al mese. (pagina 62)

Per ulteriori dati sull'italia:

Eurobarometer: http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/ebs/ebs_334_en.pdf

OMS: <http://www.euro.who.int>

7 DATI CHIAVE SULL'ATTIVITÀ FISICA IN EUROPA – OMS:

1. L'inattività fisica è uno dei fattori di maggior rischio per la salute; è stato stimato che le si possano attribuire un milione di morti (quasi 10% del totale), per anno nella regione Europea OMS.
2. Due terzi della popolazione adulta (over 15) dell'UE non raggiunge i livelli di attività raccomandati (30 minuti al giorno o nella maggior parte dei giorni della settimana). In media, solo il 31% degli intervistati al sondaggio europeo pratica sufficiente attività fisica.
3. Il 40% dei cittadini europei dichiara di praticare sport almeno una volta a settimana.
4. Solo il 34% dei giovani europei tra gli 11 e i 15 anni pratica sufficiente attività sportiva secondo le attuali linee guida. Nella maggior parte dei paesi, i maschi sono più attivi delle femmine e l'attività si riduce con l'età in entrambi i sessi
5. Le cifre riguardanti i giovani attivi variano ampiamente tra i paesi, con dati che vanno dall'11% delle ragazze e il 25% dei ragazzi in Francia al 51% delle ragazze e il 61% dei ragazzi Irlandesi di 11 anni. Variazioni simili esistono tra altri gruppi di età, ad esempio la percentuale di ragazzi di 15 anni è del 49% in Repubblica Ceca e del 25% in Portogallo.
6. Le disuguaglianze tra i paesi sono in aumento, con quelli della parte orientale della regione che sopportano il peso più grande. I cittadini dei paesi nordici e dei Paesi Bassi, sono, in generale, i più attivi fisicamente nella UE. Allo stesso tempo, i cittadini dei paesi del Mediterraneo e dei 12 nuovi stati membri tendono a fare esercizio meno della media.

7. Stime emergenti dei costi diretti (di assistenza sanitaria) e indiretti legati all'inattività fisica (perdita di produzione economica a causa di malattie, disabilità e malattie legate al lavoro, morte prematura) sono allarmanti. Sulla base di due studi, in Svizzera e nel Regno Unito, il costo dell'inattività fisica può essere stimato per ogni paese della Regione tra i 150 ed i 300 euro all'anno per ogni cittadino.

► LA CAMPAGNA

NOW WE MOVE

La visione generale della campagna NowWeMove e della MOVE Week è quella di raggiungere **100.000 di cittadini europei in più attivi entro il 2020**. La campagna è costruita su tre pilastri:

1. AUMENTARE LA CONSAPEVOLEZZA sui benefici dello sport e dell'attività fisica tra gli Europei
2. FAVORIRE una più ampia partecipazione alla pratica sportiva
3. AUMENTARE le opportunità di accesso all'attività sportiva sviluppando nuove iniziative

► COS'È MOVE WEEK?

MOVE Week si svolge la prima settimana piena di ottobre (**dal 7 al 13 ottobre 2013**) ed è un momento dedicato alla celebrazione dello sport e dell'attività fisica. Unisce eventi di sport ed attività fisica in tutta Europa sotto un unico cappello offrendo opportunità di partecipazione e allo stesso tempo dando dimostrazione dei benefici che sport e attività fisica possono portare ai singoli cittadini e alla società intera. Il sito web www.nowwemove.com è una dimostrazione della varietà di associazioni, attività, settori e nazioni coinvolte nella MOVE Week e nella campagna NowWeMove.

► CHI SONO I RESPONSABILI DELLA CAMPAGNA?

La campagna è gestita da ISCA. ISCA lavora in stretta collaborazione con la [European Cyclists' Federation](#) ed [EuroSport](#) per costruire una campagna che riesca a cambiare sistematicamente il sistema attuale per aumentare i livelli di attività fisica.

► A PROPOSITO DI ISCA – ASSOCIAZIONE INTERNAZIONALE SPORT E CULTURA

ISCA, International Sport and Culture Association, è una piattaforma globale aperta alle associazioni che lavorano nel campo dello sport per tutti, dello sport dilettantistico e dell'attività fisica.

ISCA è stata creata nel 1995 ed è oggi un attore globale che collabora strettamente con le 130 associazioni che ne fanno parte, con ONG internazionali e con interlocutori del settore pubblico e privato. I suoi 40 milioni di soci individuali, provenienti da 65 nazioni differenti, rappresentano un gruppo variegato di persone attive nel settore giovani, nello sport e nell'attività fisica.

La filosofia di ISCA è che lo sport non sia solo competizione ed esercizio, ma che sia soprattutto vivere dei bei momenti e conoscere nuovi amici. Inoltre, lo sport regola i comportamenti sociali e crea un sentimento di appartenenza, che collabora a rafforzare la crescita della democrazia.

L'associazione è governata da un comitato esecutivo composto da 7 soci eletti ed è gestita da comitati tecnici e continentali. La sede operativa si trova Copenhagen.

► CHI È ECF – FEDERAZIONE EUROPEA CICLISTI

L'obiettivo principale di ECF è promuovere la bicicletta come mezzo sostenibile e salutare per il trasporto e per il divertimento. La sua attività si svolge principalmente in Europa, ma le sfide affrontate per un

cambiamento del trasporto attivo sono globali. Per raggiungere l'obiettivo chiave della promozione e della crescita del ciclismo, ECF cerca di cambiare gli atteggiamenti, le politiche e gli indirizzamenti delle risorse finanziarie a livello europeo.

ECF ha più di 75 associazioni affiliate in tutto il mondo, e come ISCA lavora con ONG internazionali ed interlocutori del settore pubblico e privato per aumentare la consapevolezza e per dare maggior forza alle diverse voci unendole in un unico coro.

► **CHI È EUROSPORT**

Eurosport è un network televisivo sportivo paneuropeo. Il network di canali è fruibile in 59 nazioni, in 20 differenti lingue ed offre agli spettatori eventi sportivi europei ed internazionali, come ad esempio la UEFA Champions League, il rally Paris Dakar, i World Athletics Championships, il Tour de France e le Olimpiadi. Per guardare i video promozionali di MOVE Week realizzati con EuroSport clicca [qui](#).

► **CHI SI È UNITO ALLA CAMPAGNA?**

Oltre a questi partner provenienti da diversi settori, più di 350 'MOVE Agents' hanno aderito e questi numeri crescono quotidianamente. Ci sono associazioni, Comuni, gruppi di volontari, società sportive e semplici individui che vogliono ispirare i propri concittadini e, per spingerli a diventare attivi, stanno organizzando eventi all'interno della MOVE Week.

► **CHE TIPO DI EVENTI SI SVOLGERANNO DURANTE MOVE WEEK?**

Sono stati organizzati eventi di ogni tipo! Eventi di basket notturno, gruppi di cammino, streetdance, lezioni di prova di judo, corse per famiglie, giri in bicicletta e molto altro. Gli eventi non hanno bisogno di essere competitivi o caratterizzati da un solo sport. MOVE Week è uno spazio aperto a tutte le discipline: si tratta di divertirsi e trovare il proprio movimento. Tutti gli eventi che vogliono aiutare le persone a diventare attive sono i benvenuti all'interno della MOVE Week.

► **I PROMOTORI IN ITALIA**



Uisp - Unione Italiana Sport Per tutti è l'associazione nata nel 1948 per promuovere il diritto allo sport e al gioco per tutti, dai bambini agli anziani. L'Uisp è riconosciuta dal Coni come **ente di promozione sportiva** e dal Ministero del lavoro e del welfare come **associazione di promozione sociale**. Conta 17.850 società sportive affiliate e 1.327.000 iscritti.

L'Uisp collabora con il Ministero della **Salute**, con il Ministero della **Giustizia** per l'attività sportiva nelle carceri e con il Ministero dell'**Istruzione**, in quanto ente accreditato per la formazione del personale della scuola. L'Uisp ha protocolli d'intesa con il Ministero dell'**Ambiente**, con molti Parchi italiani e con l'**Anci**-Associazione Nazionale Comuni d'Italia.

Membro attivo di ISCA, Uisp **coordina** la campagna Now We Move in Italia.

Uisp è sportpertutti significa: "nessuno escluso". Contro ogni forma di razzismo, discriminazione ed emarginazione, anche attraverso progetti di cooperazione internazionale. Info: www.uisp.it



ANCI – Associazione Nazionale Comuni Italiani. Obiettivo fondamentale dell'attività dell'ANCI è rappresentare e tutelare gli interessi dei Comuni di fronte a Parlamento, Governo, Regioni, organi della Pubblica Amministrazione, organismi comunitari, Comitato delle Regioni e ogni altra Istituzione che eserciti funzioni pubbliche di interesse locale.





I numeri dell'Associazione dei Comuni Italiani dicono già molto sulle sue caratteristiche. Oltre 100 anni di attività raccontano una storia che affonda le sue radici in quella del Paese, e insieme a questa cresce. Sono **7.318** i Comuni aderenti all'Associazione, rappresentativi del **90% della popolazione**, numeri che parlano con chiarezza di un radicamento assai saldo nel tessuto sociale, geografico e culturale italiano. Anci ha invitato tutti i propri soci a sostenere MOVE Week e ad aderire all'evento "Una scala al giorno".



AUSER è una associazione di **volontariato** e di **promozione sociale**, impegnata nel favorire l'**invecchiamento attivo** degli anziani e a far crescere il ruolo dei senior nella società.

La sua proposta associativa è rivolta in maniera prioritaria agli **anziani**, ma è aperta alle relazioni di **dialogo tra generazioni, nazionalità e culture**.

Auser non opera semplicemente per gli anziani, ma con gli anziani, per renderli protagonisti della soddisfazione dei loro bisogni; è stata costituita nel **1989** dalla Cgil e dal Sindacato dei pensionati Spi-Cgil. E' riconosciuta come Ente Nazionale avente finalità assistenziali, ed è iscritta nel Registro Nazionale delle Associazioni di Promozione Sociale.

Auser ha inviato tutte le proprie sedi ad aderire alla campagna europea partecipando a MOVE Week.

