

zefiro

QUESTO É GIORGIO









PERCORSI PERSONALIZZATI IN BASE ALL' ORARIO

IN AREE PIU VERDI, PIU SICURI, CON MENO
SMOG, E IN MANIERA PIU SOCIAL



zefiro

DA DOVE PRENDE I DATI?



Comune di Bologna



- QUALITÀ DELL'ARIA
- RADIAZIONE UV
- AREE E CORRIDOI VERDI
- DATI CLIMATICI
- PENDENZA TRAGITTO

- INFRASTRUTTURE
(FONTANE POTABILI,
PERCORSI SALUTE,
MARCIAPIEDI E PERCORSI
CICLABILI..)
- SICUREZZA STRADALE

- ILLUMINAZIONE
- PAVIMENTAZIONE
- SICUREZZA PERSONALE
- PAESAGGIO CIRCOSTANTE



	ZEFIRO FREE	ZEFIRO PRO	ZEFIRO GROUPS
PERCORSO MIGLIORE	V	V	V
CRONOLOGIA STORICA	V	V	V
SOCIAL	X	V	V
COMPETIZIONI	X	X	V
ACCESSO ALLE STATISTICHE	X	X	V
PROGRAMMA SPECIALIZZATO	X	X	V
PUBBLICITÀ	V	X	X

A CHI INTERESSA?



CITADINI SPORTIVI

A DIFFERENZA DI TUTTI GLI COMPETITOR AVIAMO IL
LATO GREEN

A CHI INTERESSA?



AZIENDE

- BENESSERE PER I DIPENDENTI
- MAGGIORE PRODUTTIVITÀ
- MINORI SPESE SANITARIE
- COESIONE TRA COLLEGHI (SOCIAL)
- IMMAGINE GREEN

L'attività fisica come strategia di salute e benessere. Iniziative di promozione a partire dai giovani

Redazione Compassunibo / 11 novembre 2016

In occasione del Convegno ["Per una salute da costruire insieme"](#), tenutosi alcuni mesi fa a Roma, è stata presentata l'edizione italiana della ["Strategia per l'attività fisica OMS-Organizzazione Mondiale della Sanità 2016-2020"](#) per l'Europa.

Si tratta di Linee guida elaborate dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, la cui edizione italiana è stata curata da Uisp (Unione italiana sport per tutti). Durante il convegno sono stati esposti dati preoccupanti.

L'**inattività fisica** è diventata uno dei **principali fattori di rischio per la salute**, in quanto è giudicata responsabile ogni anno di un milione di decessi e di 8,3 milioni di anni persi al netto della disabilità (fonte *Disability-adjusted life years*, DALY). Si stima che l'**inattività fisica sia colpevole** del 5% delle affezioni coronariche, del 7% dei diabeti di tipo 2, del 9% dei tumori al seno e del 10% dei tumori del colon. Molti paesi hanno visto le percentuali relative al numero di **persone in sovrappeso e obese aumentare** negli ultimi decenni: in 46 paesi (l'87% dell'Europa) oltre la metà degli adulti sono in sovrappeso od obesi.

Consiglia 22 mila Condividi

Attività fisica, l'Oms fissa le 'dosi' minime che prevengono le malattie

Presentate a Roma le linee guida dell'Organizzazione mondiale della sanità nell'edizione curata dall'Uisp. L'Italia tra i paesi più sedentari ed a rischio: il 60% non fa sport né altro. Invece gli adulti dovrebbero 'muoversi' per 150 minuti a settimana e i giovani 60 minuti al giorno

di IRMA D'ARIA

“<https://compassunibo.wordpress.com/2016/11/11/lattivita-fisica-come-strategia-di-salute-e-benessere-iniziative-di-promozione-a-partire-dai-giovani/>”

<http://www.sanita24.ilsole24ore.com/art/medicina-e-ricerca/2016-04-06/sport-e-attivita-fisica-ecco-strategia-oms-154735.php?uuid=AC6qgI2C>

http://www.repubblica.it/salute/prevenzione/2016/04/06/news/attivita_fisica_come_prevenzione_le_nuove_linee_guida-137057853/



zefiro

GRAZIE PER L'ATTENZIONE!