

# VI°

## POTENZIALITA' DEL GREEN TOUR PER LA SALUTE



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA



VI° -498

GREEN TOUR  
*Verde in movimento*

## 6.0 POTENZIALITA' DEL GREEN TOUR PER LA SALUTE

### 6.1 Introduzione

Evidenze sempre maggiori indicano che la nostra salute non è determinata solo dai nostri comportamenti, scelte e fattori genetici.

La salute è influenzata da numerose diverse componenti che comprendono fattori socio-economici e fattori ambientali quali il luogo di nascita, di vita e di lavoro.

Per assicurare il miglioramento della salute pubblica è necessario che la salute sia considerata nelle politiche, nei programmi, nei progetti e negli interventi promossi dal mondo extra-sanitario (trasporti, agricoltura, edilizia, istruzione).

### Il peso delle malattie

Le malattie cronic-degenerative (malattie cardiovascolari, diabete, tumori, malattie respiratorie, depressione, demenze, ed altre ancora) costituiscono, secondo quanto riportato dalla Organizzazione Mondiale della Sanità, il 92% delle patologie che colpiscono gli italiani.

Le malattie croniche oltre ad avere un alto tasso di mortalità, con le loro complicanze possono essere anche particolarmente invalidanti e pesano fortemente sui costi assistenziali socio-sanitari (diagnostica, farmaci, ricoveri, assistenza domiciliare, etc.). Sono inoltre una rilevante causa di decessi prematuri (rispetto all'aspettativa di vita media).

Per la prima volta studi hanno di recente prospettato, in base alle prevalenze attuali di obesità in età infantile, che i bambini, in assenza di azioni preventive efficaci, avranno una aspettativa di vita di circa 5 anni in meno rispetto ai loro genitori (1).

### Gli stili di vita

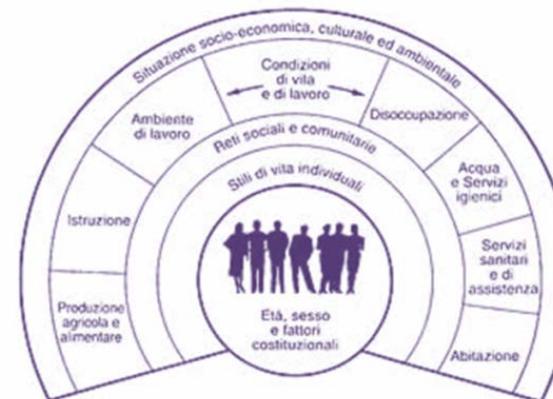
Alcuni stili di vita potenzialmente modificabili, come la sedentarietà e la scarsa attività fisica, il fumo di tabacco, l'alimentazione scorretta e l'abuso di alcol costituiscono la causa principale delle malattie cronic-

degenerative. Nel loro insieme sono responsabili di circa la metà della riduzione della durata della vita causata da queste malattie ed agiscono determinando condizioni di rischio o premorbose intermedie come l'obesità, l'ipertensione, la glicemia elevata, l'eccesso di colesterolo.

Gli stili di vita che sono alla base delle malattie croniche sono, però, a loro volta legati e fortemente influenzati da determinanti sociali come le differenze, economiche e culturali, l'isolamento sociale, l'influenza dei gruppi di appartenenza e conoscenze, abitudini e valori delle comunità in cui le persone vivono. Un ruolo rilevante è esercitato anche dall'ambiente di vita.

L'OMS dichiara che "se si deve migliorare la salute delle persone attraverso il cambiamento dei loro stili di vita, gli interventi devono essere diretti non solo verso gli individui stessi, ma anche alle condizioni sociali e all'ambiente di vita quotidiano che interagiscono nel produrre e mantenere questi profili di comportamento"

I determinanti della salute. Dahlgren e Whitehead (1993).



(1) Olshansky SJ, Passaro DJ, Hershov RC, Layden J, Carnes BA, Brody J, Hayflick L, Butler RN, Allison DB, Ludwig DS. N Engl J Med. 2005 Mar 17;352(11):1138-45.



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA



VI° -500

GREEN  TOUR  
*verde in movimento*

Negli ultimi decenni, la presa di coscienza globale del rapporto di interdipendenza che si instaura tra ambiente e individuo ha fortemente influenzato sia le tematiche generali relative alla promozione della salute, sia gli studi che sono stati condotti al fine di comprendere le leggi che regolano l'adozione di stili di vita salutari e i processi di cambiamento dei comportamenti a rischio.

In questo scenario, la lotta alle malattie croniche rappresenta una priorità di salute pubblica. Da qui la necessità di investire nella prevenzione e nel controllo di queste malattie, da una parte riducendo i fattori di rischio a livello individuale, dall'altra agendo in maniera interdisciplinare e integrata per intervenire sulle cause sociali ed ambientali.

Esistono esempi di politiche ed interventi efficaci che possono agire globalmente su di essi e sulle condizioni socio – ambientali per ridurre considerevolmente il peso di morte premature, malattia e disabilità.

L'incidenza sempre più alta delle patologie croniche e delle loro complicanze, in larga misura prevenibili, ha portato alla valorizzazione degli interventi di promozione della salute nel Piano Regionale della Prevenzione che rilancia il piano europeo Guadagnare Salute, anche come necessaria risposta al peso finanziario che queste patologie determinano sul Servizio sanitario regionale.

“Guadagnare Salute. Rendere facili le scelte salutari” (2). Il senso di questa strategia è che “il Servizio sanitario non può fare tutto”. “I comportamenti nocivi recano malattie che pesano sui sistemi sanitario e sociale, ma le loro cause sono al di fuori di questi ultimi”.

Per contrastarle sono necessarie ad esempio politiche per: favorire la mobilità e l'attività fisica delle persone (trasporti e verde urbano), sostenere il consumo di frutta e verdura, ridurre la concentrazione di sale, zucchero e grassi negli alimenti, ridurre la quota di alimenti altamente calorici nella dieta, scoraggiare il più possibile il fumo di sigaretta, ridurre l'abuso di alcol.”

## L'attività fisica

L'attività fisica è un fattore determinante per mantenere e migliorare la salute delle persone. Praticata regolarmente, svolge un ruolo di primaria importanza nella prevenzione di malattie cardiovascolari, diabete, ipertensione e obesità. Riduce i sintomi di ansia, stress, depressione e comporta benefici evidenti per l'apparato muscolare e scheletrico. Contribuisce inoltre a favorire le relazioni sociali.

A fronte di un'offerta sportiva spesso molto ricca e di una piuttosto diffusa percezione di importanza dell'attività fisica come mezzo per mantenersi in salute, nella Regione Veneto solo il 33 % degli adulti ha uno stile di vita attivo e raggiunge i livelli di attività fisica considerati necessari per mantenersi in salute (sorveglianza PASSI 2009-13) (3).

Questa percentuale scende al 22% nei bambini di 8-9 anni e varia dal 38 al 30% nei ragazzi tra 11 e 15 anni (sorveglianza OKKIO (4) e HBSC) (5).

Per soppesare adeguatamente la rilevanza del tema, nel contesto della popolazione insufficientemente attiva, va evidenziata la quota di persone totalmente sedentarie che si attestano al 23% della popolazione residente in Veneto (3).

Una recente analisi delle priorità di intervento sui fattori di rischio nel nostro paese, che ha preso in considerazione un insieme di parametri come: diffusione del fattore di rischio nella popolazione, tendenza evolutiva del fenomeno, distribuzione diseguale nei diversi strati sociali e disponibilità di interventi efficaci, colloca la lotta alla sedentarietà al primo posto sia a livello nazionale che nel Veneto (6)

(2) [http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0008/76526/E89306.pdf](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0008/76526/E89306.pdf)

(3) <http://www.regione.veneto.it/web/sanita/passi>

(4) <https://www.okkioallasalute.it/>

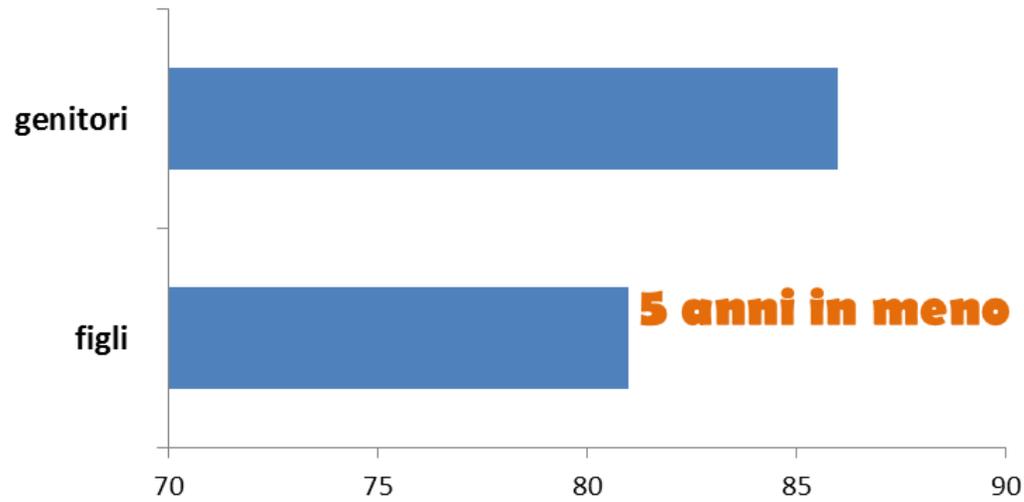
(5) <http://www.hbsc.unito.it/>

(6) Stefania Salmaso, Istituto Superiore di Sanità, relazione al Convegno nazionale Guadagnare Salute, Venezia, 2012





Declino nella speranza di vita correlato a trend obesità e inattività fisica. Confronto tra due generazioni.



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA



VI° -502

GREEN TOUR  
*vide in movimento*

## L'ambiente

Le malattie cronico e degenerative hanno anche cause ambientali che nel loro complesso pesano il 20 % sulla riduzione della durata della vita.

Le cause ambientali comprendono un'ampia categoria di fattori che vanno dagli effetti degli inquinamenti (atmosferico, del suolo e delle acque) agli incidenti sul lavoro e stradali, agli effetti dell'urbanizzazione e della perdita di disponibilità ed utilizzo degli ambienti naturali.

Una parte della componente ambientale è modificabile attraverso politiche di supporto a corretti stili di vita, favoriti dallo sviluppo della mobilità lenta, da un diverso uso del territorio e dalla promozione al consumo di alimenti a basso impatto ambientale e a chilometro zero .

## L'alimentazione

Alimentazione corretta e buona salute sono un binomio indissolubile. La proporzione fra i vari tipi di alimenti e la qualità dei cibi che mangiamo sono alla base di uno sviluppo umano completo, sia a livello fisico che mentale.

Una dieta adeguata, bilanciata e variegata, insieme alla pratica quotidiana di attività fisica è un elemento basilare per uno stile di vita sano: è un valido strumento di prevenzione per alcune patologie e di gestione e trattamento per altre, permette di invecchiare meglio, aiuta a mantenere un peso corporeo adeguato.

Abitudini alimentari sbagliate, sia nella quantità che nella qualità, possono essere causa dell'insorgenza di malattie croniche come l'obesità e il sovrappeso, l'ipertensione arteriosa, le malattie dell'apparato cardiocircolatorio, le malattie metaboliche, il diabete tipo 2, alcune forme di tumori.

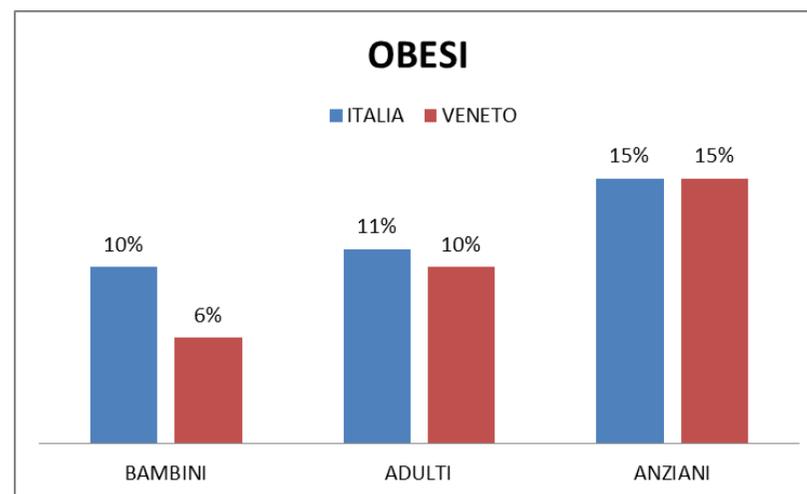
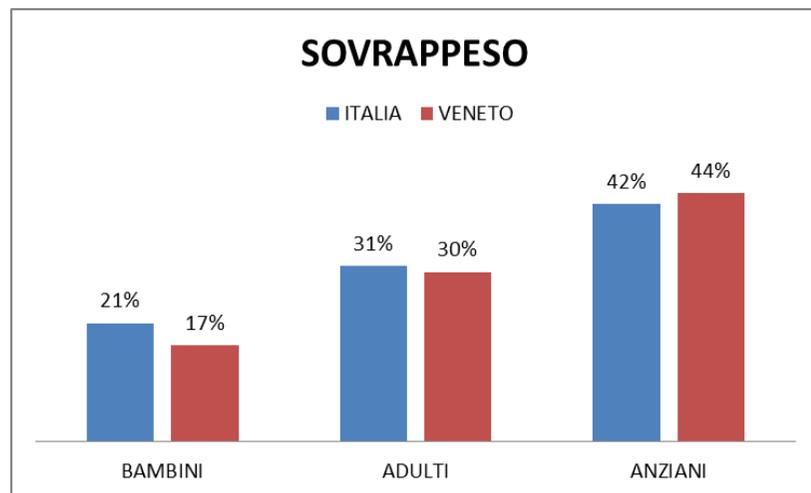
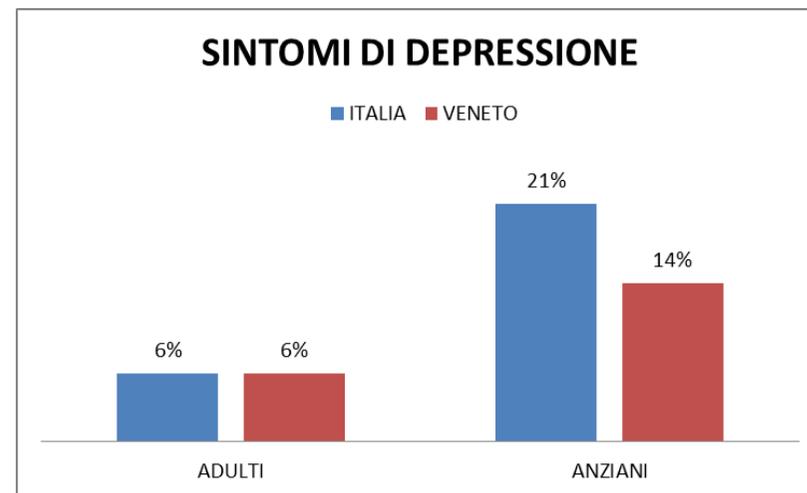
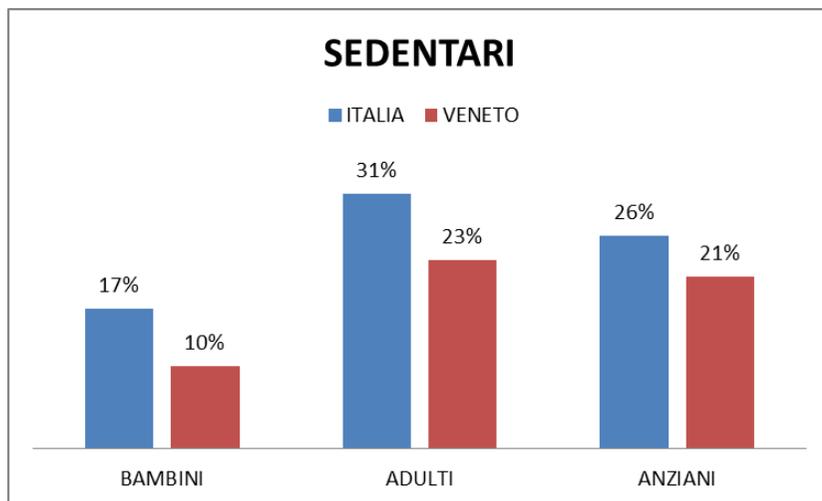
Gli alimenti di cui disponiamo sono tanti e molti sono i modi per realizzare una dieta salutare: ognuno ha ampia possibilità di scelta, seguendo semplici ma importanti raccomandazioni.

Mangiar sano può essere anche una buona occasione per arricchire le proprie esperienze, sperimentando cibi diversi per cultura e origini o imparando nuovi modi di preparazione del cibo. Modificare i comportamenti alimentari delle persone, promuovendo uno stile di vita sano, richiede cambiamenti individuali e sociali e dunque lo sviluppo di politiche e interventi mirati.

In questo senso, un target privilegiato da tenere in considerazione sono i bambini e gli adolescenti poiché le loro abitudini alimentari possono avere conseguenze negative sia sulla salute che sull'educazione. Gran parte dei giovani, infatti, non conosce o non osserva raccomandazioni nutrizionali importanti come mangiare frutta e verdura, fare una colazione adeguata, evitare bibite zuccherate, ecc. (7) .

(7) Promising Strategies for Creating Healthy Eating and Active Living Environments.  
<http://www.preventioninstitute.org/> (ultimo accesso: 02/02/15).







Stima dei benefici sulla salute del Green Tour - morti e malattie evitate.

	totale in 10 anni		10° anno	
	valore totale	% di riduzione rispetto alle previsioni senza GT	valore annuale	% di riduzione rispetto alle previsioni senza GT
<b>Morti evitate</b>	406	-2,2%	59	-3,2%
<b>Casi di malattia evitati</b>				
Diabete	2617	-3,3%	380	-4,8%
Tumore mammella	174	-1,7%	25	-2,5%
Tumore colon retto	173	-4,4%	25	-6,4%
Cardiopatie ischemiche	383	-2,5%	56	-3,6%
Malattie cerebrovascolari	535	-3,9%	78	-5,7%

Elaborazione a cura di C. Piovesan, M. Ramigni SSPS. Dip. Prevenzione Ulss 9.



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA



VI° -506



## Ambienti favorevoli alla salute

Le nostre società sono complesse e interdipendenti, e non è possibile separare la salute dagli altri obiettivi.

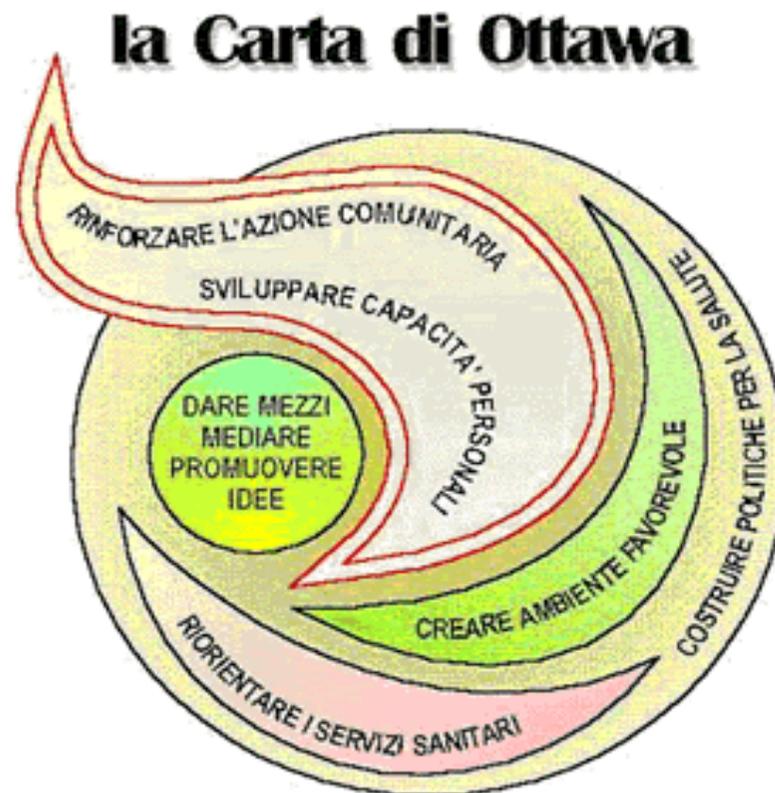
Gli inestricabili legami che esistono tra le persone e il loro ambiente costituiscono la base per un **approccio socio-ecologico alla salute**. Il principio guida globale per il mondo, e allo stesso modo per le nazioni, le regioni e le comunità, è la necessità di incoraggiare il sostegno e la tutela reciproci: prendersi cura gli uni degli altri, delle nostre comunità e del nostro ambiente naturale. La conservazione delle risorse naturali in ogni parte del mondo dovrebbe essere enfatizzata come una responsabilità globale.

I cambiamenti dei modelli di vita, di lavoro e del tempo libero hanno un importante impatto sulla salute. Il lavoro e il tempo libero dovrebbero essere una fonte di salute per le persone. Il modo in cui la società organizza il lavoro dovrebbe contribuire a creare una società sana.

**La promozione della salute deve orientarsi a generare condizioni di vita e di lavoro sicure, stimolanti, soddisfacenti e piacevoli.**

È essenziale che venga svolta una sistematica valutazione dell'impatto che può avere sulla salute un ambiente in rapida trasformazione, con particolare riguardo alla tecnologia, al lavoro, alla produzione di energia e all'urbanizzazione: tale valutazione deve essere seguita da azioni che garantiscano benefici alla salute delle persone.

La protezione degli ambienti naturali e modellati dall'uomo, e la conservazione delle risorse naturali, dovrebbero essere considerate in ogni strategia di promozione della salute (1).



Queste premesse ci introducono all'analisi degli effetti sulla salute e i suoi determinanti, stimabili per il territorio e le comunità interessate dal Green Tour. Numerosi studi internazionali hanno rilevato i benefici multidimensionali di una greenway nei confronti del proprio territorio, utilizzando il metodo della Valutazione di Impatto sulla Salute (VIS) o Health Impact Assessment (HIA) (2,3,4).

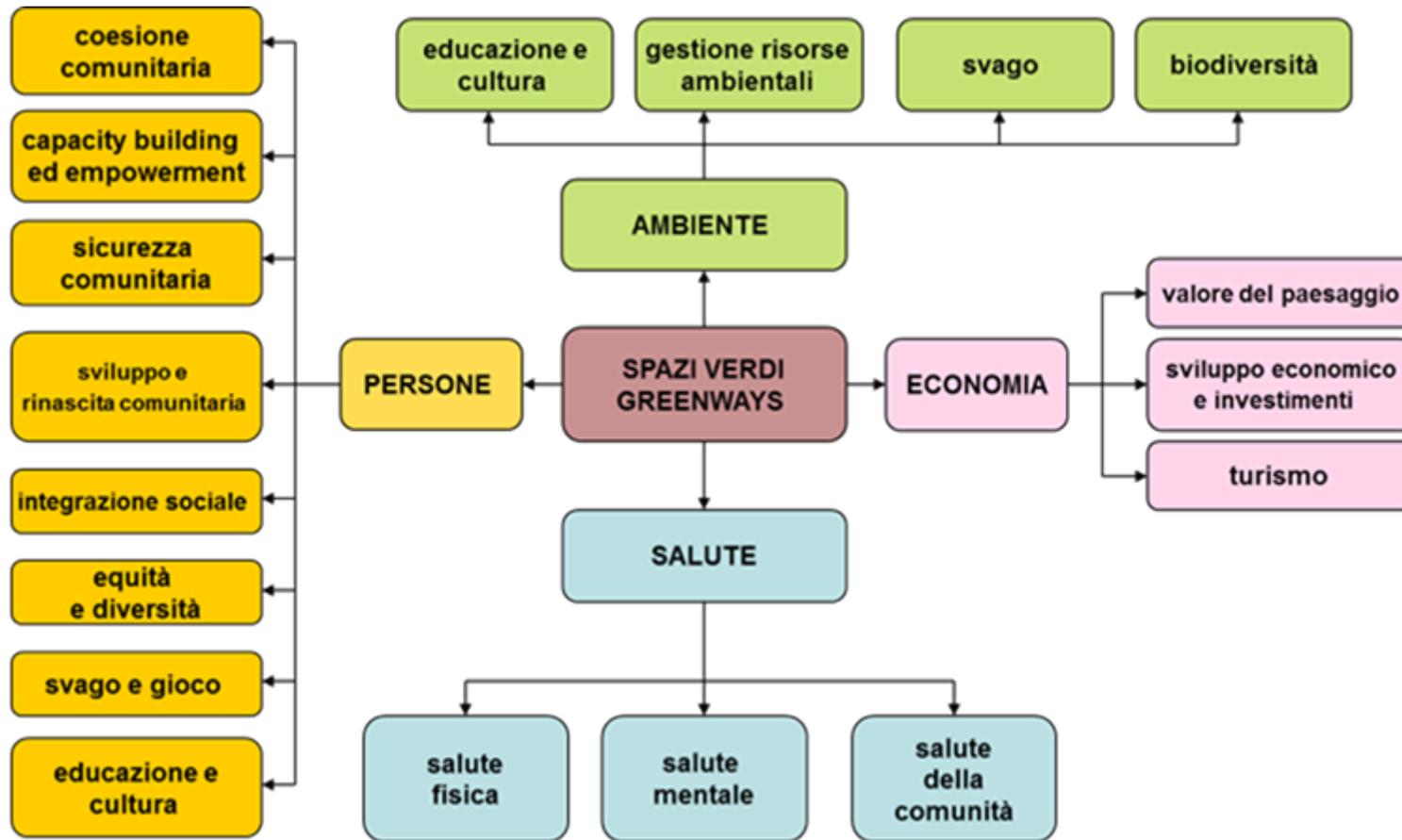
- (1) [http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0004/129532/Ottawa\\_Charter.pdf](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0004/129532/Ottawa_Charter.pdf)
- (2) Health Impact Assessment of greenspace. A Guide. Health Scotland, greenspacescotland, Scottish Natural Heritage and Institute of Occupational Medicine. June 2008
- (3) A Health Impact Assessment (HIA) of Park, Trail, and Green Space Planning in the West Side of Greenville, South Carolina. South Carolina Institute of Medicine and Public Health. 2012
- (4) The East Bay Greenway Health Impact Assessment. The East Bay Greenway HIA Report. 2007



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA



“The links between greenspace and health: a critical literature review” adatt. da K. Croucher et al.. Greenspacescotland . (2007).



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA



La lettura di questa analisi fornisce linee di indirizzo, evidenze cui riferirsi ed effetti attesi che consentono di delineare una stima di impatto del progetto Green Tour in un'ottica di salute globale.

L'area considerata 'attivabile' dal progetto Green Tour è quella composta da una prima fascia di 1,5 km, raggiungibile a piedi dal tracciato, e da una seconda fascia che comprende il territorio entro gli 8 km, attraversabile in bici in circa 20 minuti.

E' dimostrato che le persone che vivono entro queste distanze da una greenway sono quelle che la utilizzano e ne beneficiano maggiormente.

Questo è anche il territorio che va valorizzato perchè è quello più facilmente esplorabile da chi percorre il Green Tour per turismo; sotto questo aspetto il tracciato diventa, non solo una pista da percorrere, ma un'opportunità per rendere viva e conoscibile un'intera fascia di territorio.

Diviene evidente l'importanza di sviluppare una serie di percorsi che originano dal Green Tour e mettono in relazione tutti i punti significativi di quel territorio: centri abitati, luoghi paesaggistici, siti culturali e del commercio locale.

A supporto della piena fruibilità dell'area sia per i residenti sia per i visitatori di passaggio o che vi soggiornano più a lungo, andrà favorita la creazione di reti di alberghi, ristoranti, centri fitness, produttori e rivenditori di prodotti locali per strutturare un sistema di offerta organizzato.

## 6.2 Benefici per la salute fisica e psichica

L'attività fisica gioca un ruolo vitale nel mantenimento della salute prevenendo le malattie, migliorando la salute mentale ed aumentando la durata della vita.

Nonostante queste informazioni siano ben consolidate, il numero di persone che non fanno abbastanza attività fisica rimane elevato: più del 70% della

popolazione di tutte le età non svolge i livelli minimi raccomandati di esercizio (vedi riquadro) e circa il 23% può considerarsi totalmente sedentaria (sistema di sorveglianza PASSI 2009-13)

*Per condurre uno stile di vita salutare il Center for Disease Control (CDC) raccomanda agli adulti di impegnarsi in attività fisica moderata (ad esempio, cammino a passo sostenuto) per almeno 30 minuti 5 giorni alla settimana. I bambini dovrebbero svolgere una combinazione di attività fisica moderata e vigorosa per almeno un'ora al giorno. All'attività di questo tipo andrebbe affiancato anche l'esercizio della forza muscolare almeno 2 volte la settimana. (5)*

Le comunità servite dal Green Tour (GT) anche se dotate di spazi verdi, mostrano una scarsità o frammentarietà di percorsi sicuri per la mobilità lenta. È verosimile che il completamento del tracciato, configurandosi come una vera e propria palestra all'aperto, facilmente fruibile soprattutto dai residenti nelle prossimità, porterà un maggior numero di persone ad essere più attive, con conseguenti risultati positivi per la salute.

La scarsità di percorsi pedonali e ciclabili sicuri in ambienti urbani è riconosciuta in tutti i paesi industrializzati come una delle principali cause di mancato raggiungimento delle quantità minime di attività fisica raccomandate.

Questa situazione porta anche ad effetti secondari sulla salute, come il maggior uso di veicoli a motore anche per piccoli spostamenti, la compromissione della mobilità negli anziani ed il maggiore isolamento sociale, con conseguenti ostacoli al benessere psicologico.

(5) Global Recommendations on Physical Activity for Health" © WHO 2010.





UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA



VI° -510

GREEN TOUR  
*verde in movimento*

Diversi studi hanno rilevato che coloro che usano abitualmente sentieri e percorsi pubblici hanno una probabilità superiore al 50% di soddisfare le raccomandazioni sui livelli adeguati di esercizio sopra descritti (6,7). Inoltre, l'aggiunta di piste ciclabili aumenta sensibilmente il numero di persone che usano la bicicletta per gli spostamenti quotidiani.

In generale le persone che vivono entro 1,5 km da un parco hanno quattro volte più probabilità di visitarlo almeno una volta alla settimana di chi abita più lontano (8) e sono più inclini a svolgere attività fisica in assoluto, in particolare all'aperto.

Più studi avvalorano l'importanza di spazi verdi e greenway per migliorare la salute della popolazione; tuttavia per ottenere risultati positivi non è sufficiente limitarsi a realizzarli, ma è necessario migliorarne la qualità, tener conto anche del contesto sociale e favorire la partecipazione degli abitanti sia nella loro progettazione che nel loro utilizzo (9).

Un capitolo interessante delle valutazioni di impatto sulla salute valuta gli effetti sul benessere psicologico riferito indotto dallo stare in spazi verdi pubblici (2).

In particolare gli studi che hanno valutato la percezione in soggetti che vivono in prossimità a spazi verdi accessibili, ha evidenziato l'influenza sul loro benessere, in particolare in riferimento al recupero da situazioni di stress e di irritabilità, riduzione dell'aggressività e sollievo dallo stress traffico-correlato.

Altri benefici diretti sono descritti in termini di rilassamento, equilibrio, interruzione della routine quotidiana e sensazione di connessione spirituale con il mondo naturale, sentimenti di gioia e gratitudine associati allo 'stare bene'.

Anche studi su bambini che frequentano abitualmente spazi verdi aperti hanno rilevato un aumento della capacità di attenzione, minore aggressività e maggiore autocontrollo (2).

### 6.3 Il Green Tour come luogo di incontro intergenerazionale

Gli spazi verdi aperti al pubblico con alberi e prato sono mediamente più frequentati di quelli privi di vegetazione e gli utilizzatori di questi risultano più frequentemente coinvolti in attività sociali (10).

È dimostrato che parchi ed aree verdi sono luoghi in grado di aumentare la coesione sociale di una comunità rappresentando un luogo di incontro per svolgere regolare esercizio fisico o semplicemente per stare all'aperto in

compagnia. Studi hanno dimostrato che le interazioni sociali possono aumentare la durata della vita, migliorare la salute mentale e ridurre la criminalità con le associate conseguenze per la salute.

Le relazioni sociali sono una fonte di supporto emotivo e materiale in grado di attenuare situazioni di stress, prevenire la sensazione di isolamento e contribuire a sostenere l'autostima (11). I tassi più bassi di suicidio si verificano in società con i più alti gradi di integrazione sociale mentre l'allentamento dei legami sociali aumenta l'incidenza dei suicidi (12).

Il Green tour, specie se sviluppato e promosso entro una strategia complessiva di promozione della salute, diviene un luogo dove i residenti della comunità possono conoscersi e socializzare.

Un ulteriore beneficio è rappresentato dal possibile disincentivo all'uso dell'automobile.

Se il percorso connette adeguatamente comuni limitrofi, anche attraverso reti secondarie ad esso collegate, le persone saranno facilitate a scegliere di spostarsi a piedi o in bicicletta senza bisogno di ricorrere all'automobile.

Ciò potrebbe avere diversi effetti positivi per la salute, connessi al miglioramento della qualità dell'aria e alla riduzione del rumore, e degli incidenti. Proporre alternative alle strade trafficate può essere uno dei modi concorrenti di raggiungere questo obiettivo.

- (9) T. Takano, K. Nakamura and N. Watanabe, "Urban Residential Environments and Senior Citizens' Longevity in Megacity Areas: The Importance of Walkable Green Spaces," *Journal of Epidemiology and Community Health*, Vol. 56, pg. 913-918, 2002.
- (10) Sullivan, W.C., F.E. Kuo, and S.F. Depooter, *The Fruit of Urban Nature*. *Environment and Behavior*, 2004. 36(5): p. 678-700.
- (11) Cohen, S., L.G. Underwood, and B.H. Gottlieb, eds. *Social support measurement and intervention*. 2000, Oxford University Press: New York.
- (12) Kawachi, I. and L.F. Berkman, *Social ties and mental health*. *J Urban Health*, 2001. 78(3): p. 458-67.





UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA



VI° -512

GREEN  TOUR  
*Verde in movimento*

#### 6.4 Green Tour, asse di un 'Sistema Salute'.

Il Green Tour diventa nella nostra visione non solo un'infrastruttura da percorrere come visitatore occasionale, ma un 'asse portante' di un sistema di salute in cui reti di attori, attraverso azioni comuni, offrono opportunità diversificate alle popolazioni locali per svolgere attività fisica, incontrarsi, accedere a menu equilibrati e prodotti locali.

Il percorso oltre a creare uno spazio naturale di grande effetto paesaggistico, attraverso queste 'offerte di salute', diviene un contesto in grado di promuovere benessere e coesione sociale e favorire una cultura di salute nel territorio.

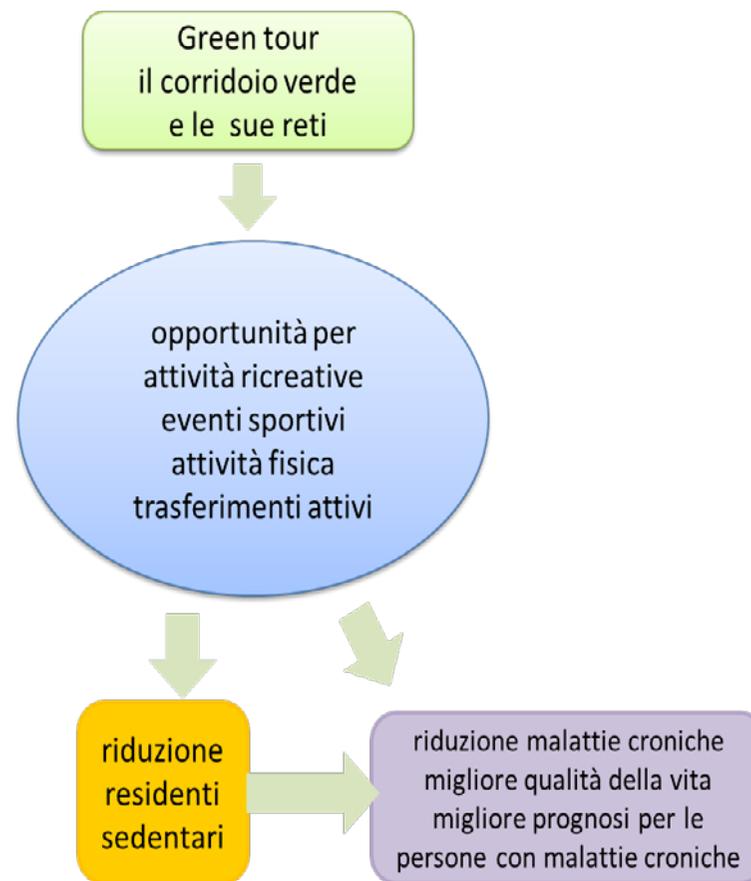
Quando le persone si sentono parte di una comunità che favorisce e tutela il loro benessere, più facilmente si fidano gli uni degli altri, si adoperano per il bene comune e si supportano vicendevolmente, configurando quello che si definisce un elevato 'capitale sociale'.

##### **Aumentare il numero di persone fisicamente attive.**

Come riportato precedentemente numerose evidenze indicano che fornire e facilitare l'accesso a luoghi dove svolgere attività fisica, come sentieri e greenway, aumenta il livello di attività fisica in una comunità(13).

Grazie al recupero integrale, al completamento delle connessioni e alla buona manutenzione del Green Tour si realizzeranno delle concrete opportunità affinché i residenti delle aree limitrofe lo utilizzino per svolgere attività fisica.

Una quota di essi ne diverrà utilizzatore abituale, in analogia a quanto accaduto in altre realtà simili, e questo fatto, nel tempo, contribuirà a ridurre l'incidenza di patologie cronico-degenerative.



- (13) Recommended Community Strategies and Measurements to Prevent Obesity in the United States (COCOMO) Morbidity and Mortality Weekly Report (MMWR) Recommendations and Reports (pp. 26). Atlanta, GA: Centers for Disease Control and Prevention. Retrieved April 24, 2012, from <http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/rr5807a1.html>





(Foto di Marta Milanese )



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA



VI° -514



Il progetto Green Tour, anche sulla base degli input raccolti dai laboratori di ascolto nei diversi territori prevede l'attivazione di una rete di partner appartenenti a diversi ambiti (amministrazioni locali, aziende sanitarie, strutture ricettive, scuole, palestre, associazioni) che promuovono con diverse modalità, consone ai rispettivi ambiti d'azione, la vita attiva e l'attività fisica sia per il turista sia per la popolazione residente, attraverso una serie di facilitazioni condivise in un protocollo d'azione che spazia da supporti logistici ad iniziative educative (riparazioni bici; aree fitness, convenzioni con strutture ed associazioni sportive ,messaggi di salute, etc.) .

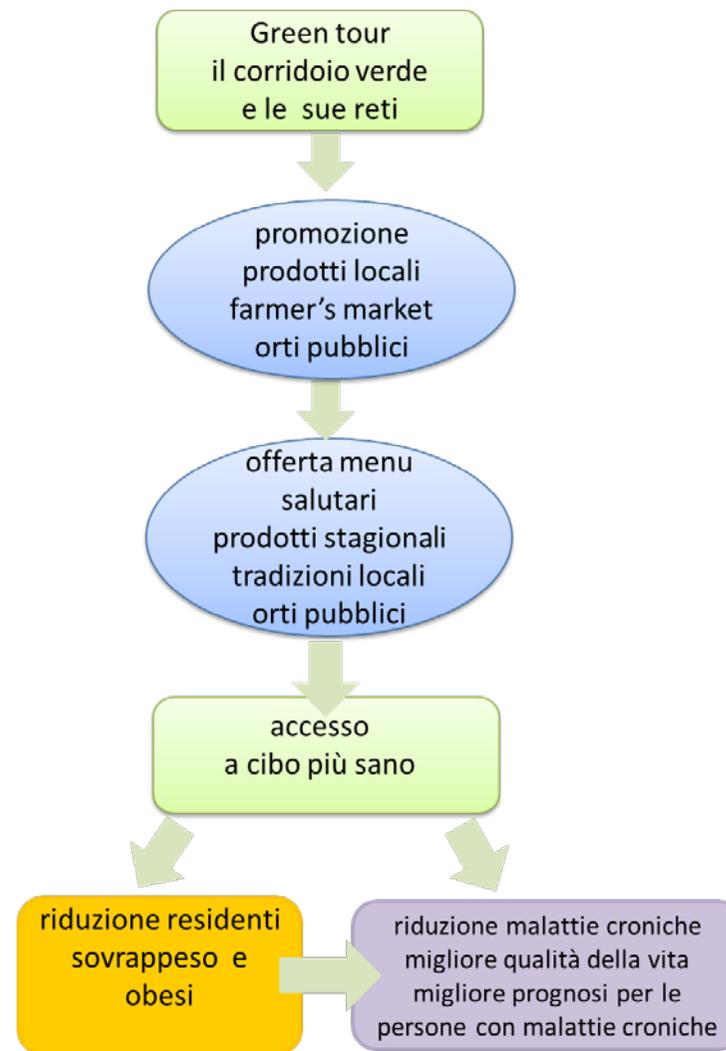
In questo modo l'intero territorio afferente non solo diverrebbe un'eccellenza in termini di accoglienza, ma offrirebbe alla propria popolazione un ambiente complessivo in grado di facilitare la vita attiva, anche attraverso una pressione culturale.

**Favorire un'alimentazione sana ed equilibrata per ridurre eccesso di peso e obesità.**

I cardini della prevenzione e del trattamento dell'obesità sono equilibrio e controllo dell'introito calorico ed esercizio fisico; è però importante che interventi volti a promuovere stili di vita salutari seguano un approccio di tipo 'ecologico', multilivello, costruendo cultura ed ambienti che facilitano scelte salutari mediante lo sviluppo di politiche locali, programmi ed infrastrutture (14).

Campagne multilivello che vedono coinvolti ed orientati al medesimo obiettivo diversi portatori di interesse, rappresentano una promettente strategia anche per migliorare la sana alimentazione.

Questa visione applicata al Green Tour prevede il coinvolgimento dei ristoratori del territorio afferente, affinché rendano disponibili all'interno delle loro offerte, dei menu salutari, validati dalle Aziende sanitarie di competenza, secondo un disciplinare condiviso che privilegi l'utilizzo di prodotti locali, di stagione e coerenti alla cultura e tradizione locali.



(14) Promising Strategies for Creating Healthy Eating and Active Living Environments. <http://www.preventioninstitute.org/>



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA



VI° -516

GREEN TOUR  
*Verde in movimento*

## Favorire e sostenere la coesione sociale.

Gli spazi verdi sono in grado di provocare un aumento della coesione sociale e del desiderio di entrare in relazione con gli altri e supportare gli altri.



Per garantire che il Green Tour aiuti a costruire la coesione sociale, il progetto potrebbe:

- includere elementi di design finalizzati a favorire l'aggregazione come aree di incontro e gioco, spazi per i genitori con i bambini, panchine posizionate per favorire l'interazione, tavoli con scacchiere incise, etc.
- considerare la strategia "adopt-a-trail" per la manutenzione del tracciato
- utilizzare aree verdi adiacenti come orti pubblici comuni
- incentivare le programmazioni esistenti (ad esempio eventi collettivi e attività sportive) nelle frazioni attraversate, arricchendole o creandone di nuove, ma complementari
- lavorare con le amministrazioni su incentivi e zonizzazione per incoraggiare la creazione di punti di aggregazione (ad esempio, bar 'bianchi') adiacenti al sentiero, scoraggiando al contempo l'insediamento di negozi di alcolici (2).





UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA



VI° -518



## La rete delle Aziende sanitarie.

Il progetto Green Tour vede coinvolte le Aziende sanitarie il territorio afferente alle quali ricade nelle fasce di influenza della greenway con l'obiettivo di sostenere e facilitare un programma caratterizzato da elementi in comune, ma adattato alle potenzialità delle singole realtà locali.

Il tavolo delle Aziende Sanitarie è coordinato dall'Azienda ULSS 9 di Treviso e vede la partecipazione di tutte le Aziende sanitarie attraversate dal Green Tour: ULSS 6, 9, 10, 12, 15, 18, 19, 20, 21, 22 del Veneto, AUSL Ferrara, ASL Mantova.

Per identificare le principali opportunità del progetto, i maggiori ostacoli al suo sviluppo e per fare in modo che il progetto incontri il favore dei possibili fruitori, è necessario che già in fase di definizione tutti gli stakeholder, sia quelli di parte pubblica sia i rappresentanti dei diversi settori delle comunità interessate, abbiano la possibilità di esprimersi e che le loro visioni siano prese in dovuta considerazione.

Per questo motivo le Aziende Sanitarie stanno conducendo dei laboratori che vedono la partecipazione dei rappresentanti di quattro gruppi di interesse diversi: amministratori, cittadini/associazioni, mondo delle imprese e tecnici.

I seminari si rifanno alla metodologia European Awareness Scenario Workshop EASW® e rappresentano un'opportunità di confronto a supporto della progettazione, facendo emergere aspettative delle parti interessate, soluzioni a possibili problemi ed indicazioni per attività di sviluppo specifico di ogni territorio. In ciascun seminario sono affrontati due aspetti: lo Sviluppo di Scenari / Visioni e la identificazione di Proposte di Idee / Azioni.

Si sono già tenuti i laboratori tenuti dalla ULSS 9, dalla ULSS 15 e dalla ULSS 19 che hanno coinvolto i Comuni afferenti. Sono inoltre già programmati altri laboratori nei mesi di marzo e aprile nelle ULSS 6, 4 e 21.

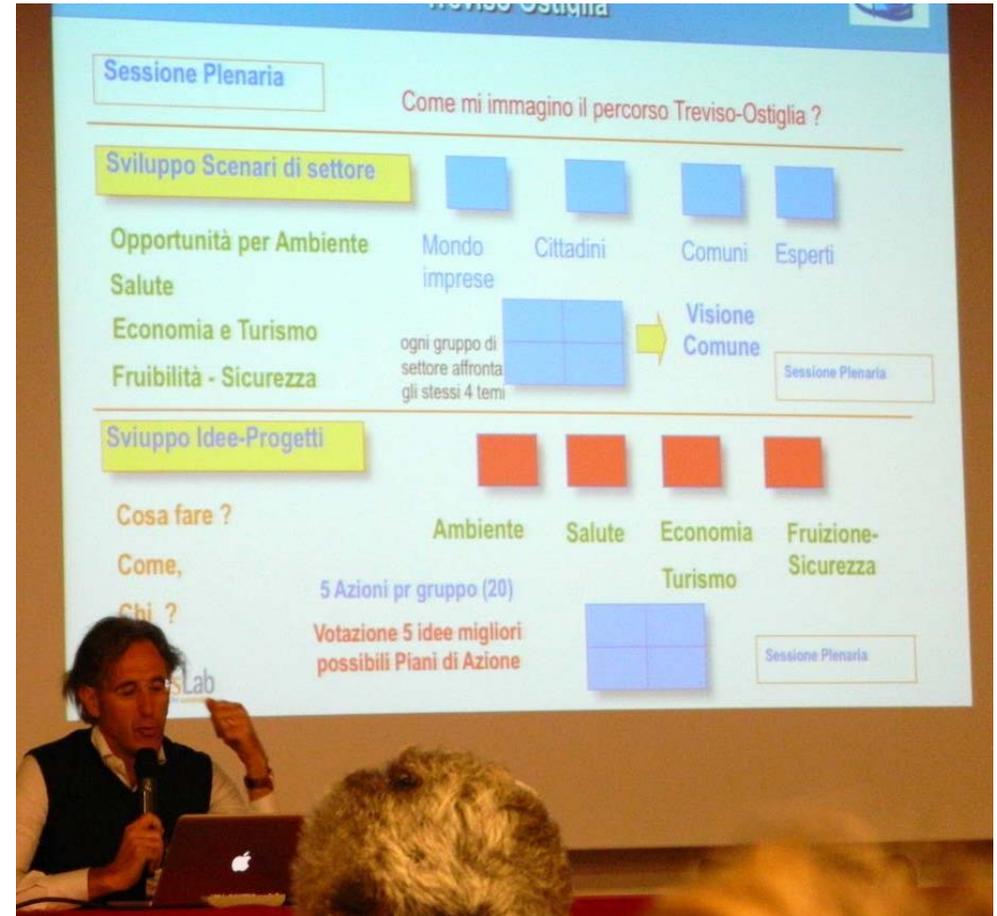
Nei laboratori finora condotti alcuni temi sono stati riproposti e ritenuti rilevanti nello sviluppo di un progetto unitario per il Green Tour:

- la necessità di dare una forte identità al Green Tour creando un marchio identificativo ed un piano di marketing dedicato
- l'esigenza di un coordinamento preposto ad aspetti come la manutenzione, la segnaletica e la regolamentazione del percorso nel rispetto dei residenti nell'area e dell'ambiente
- il recupero e la valorizzazione delle strutture esistenti lungo e in prossimità del percorso (stazioni e fabbricati rurali)
- l'importanza di garantire ampia accessibilità e sicurezza al percorso
- lo sviluppo di reti di offerte integrate che superino i localismi pur valorizzando le peculiarità territoriali
- un collegamento con il mondo della scuola finalizzato ad un reciproco supporto, con l'obiettivo di sviluppare competenze per la salute, conoscenza e rispetto del territorio
- la collaborazione interregionale.



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA





UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA



VI° -520

