

Riassunto

Per promuovere l'attività fisica si può intervenire su più fronti. Mentre le campagne d'informazione e le misure orientate alle offerte sono da decenni strumenti consolidati per la promozione dell'attività fisica, è solo da una ventina d'anni che in Svizzera la creazione di un ambiente favorevole al movimento viene ritenuto un ambito promettente su cui intervenire. A questo scopo, soprattutto nelle aree densamente popolate e negli insediamenti urbani, è quindi necessario puntare su una progettazione attraente e sicura degli spazi pubblici e delle strade che permetta di creare le condizioni per una mobilità fisica attiva, per il gioco e lo sport.

Questo studio passa in rassegna più di 100 progetti che negli ultimi anni hanno affrontato in un modo o nell'altro il tema «ambiente favorevole al movimento». Di questi, 14 sono stati poi scelti e approfonditi. Il campione selezionato intende da un lato descrivere l'ampia gamma di possibili approcci e dall'altro concentrarsi sui gruppi più vulnerabili, che si contraddistinguono per una limitata attività fisica e per la moderazione con cui sfruttano le offerte di movimento convenzionali. In questo caso un ambiente favorevole al movimento si rivela promettente perché esorta dolcemente all'attività fisica.

La panoramica illustra innanzitutto la varietà degli approcci attuali in termini di contenuti: dalle misure di pianificazione di carattere generale (sviluppo di spazi aperti e valorizzazione di aree ricreative locali) a quella del traffico, allo sviluppo di Comuni e quartieri per arrivare alla costruzione di parchi dedicati al movimento. In molti casi, la creazione di un «ambiente favorevole al movimento» è solo una delle tante questioni considerate nei progetti. Inoltre, si rileva che la mobilità fisica attiva (in particolare lo spostamento a piedi o in bicicletta) con la sua importanza rispetto al traffico motorizzato gode attualmente di uno status leggermente superiore rispetto ad altre forme di movimento (sport, gioco).

Nonostante approcci differenti, vi sono alcuni elementi rivelatisi significativi in vari progetti che possono essere indicati come «potenziali fattori di successo». Tra questi è possibile elencare la pianificazione e la valutazione del progetto sulla base dei fatti, la cooperazione multisettoriale e la creazione di reti cui collaborano attori locali, regionali e nazionali attivi in vari settori (p.es. traffico, costruzione, salute), un'informazione, una comunicazione e documentazione adeguate, l'integrazione del progetto nel lungo periodo e un approccio partecipativo che tiene conto delle necessità dei gruppi target e dei gruppi di utenti. In alcuni casi, però, gli elementi citati possono rivelarsi problematici, per esempio se la collaborazione multisettoriale rende più difficile prendere decisioni o se diventa complicato coinvolgere determinati gruppi nel processo partecipativo. Soprattutto per ciò che concerne i «gruppi vulnerabili» (bambini, anziani, gruppi socialmente svantaggiati) si rilevano ancora possibilità di ottimizzazione. Nel complesso, tuttavia, la panoramica mostra che l'ambiente favorevole al movimento è un campo d'applicazione importante e promettente per la promozione della salute e del movimento.