

Settimana Europea della Mobilità

(16-22 settembre 2025)

“La mobilità per tutti”



Rendere i trasporti disponibili, accessibili e sostenibili per tutta la popolazione, superando gli ostacoli infrastrutturali, economici e legati alla morfologia del territorio è anche un investimento di salute.

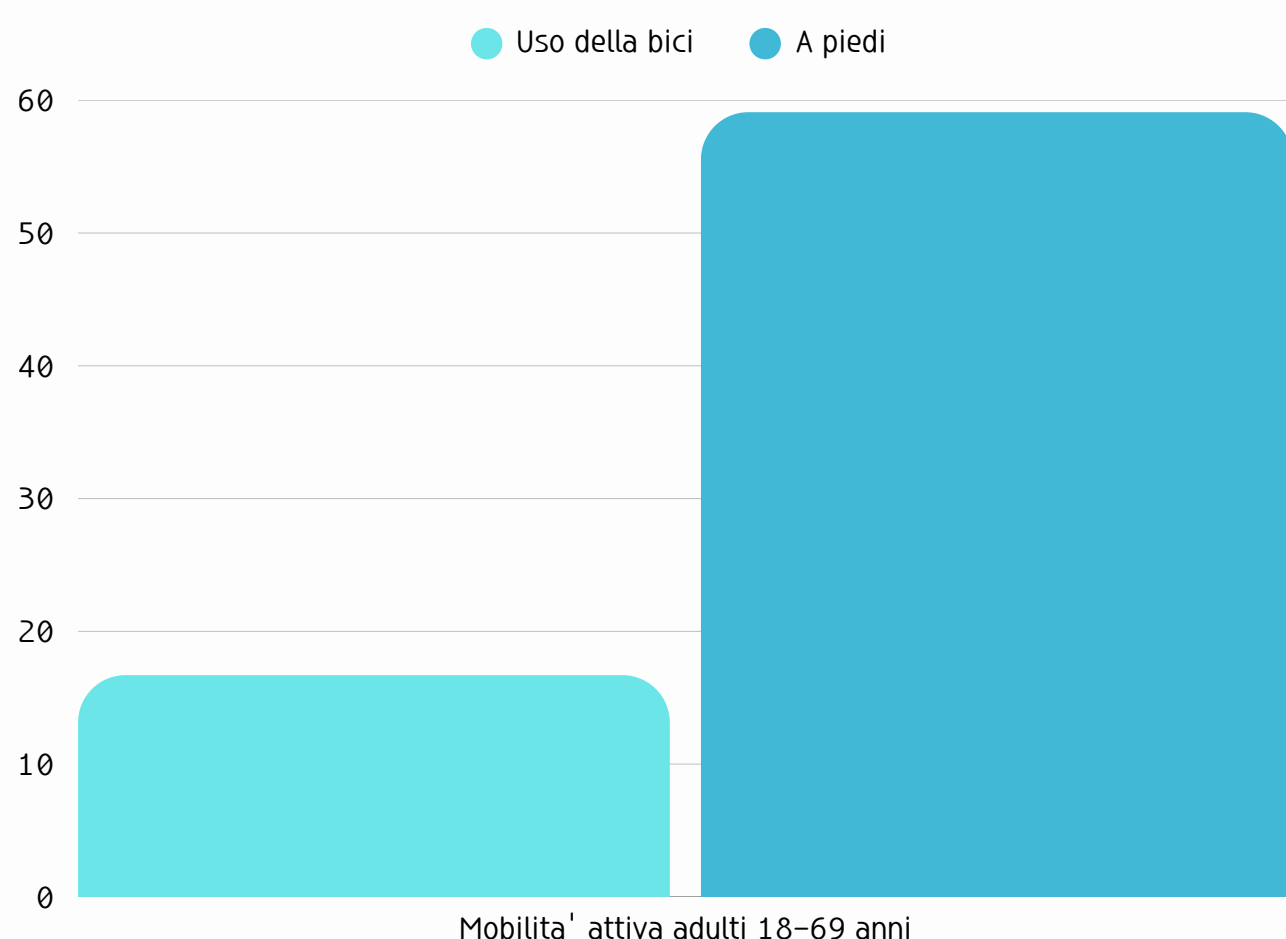


Capire quali possono essere i motivi che impediscono od ostacolano la mobilità attiva di famiglie e cittadini è fondamentale per poter intervenire con politiche ed azioni ad hoc, come la realizzazione di infrastrutture (piste ciclabili, pedonali, zone e percorsi liberi dal traffico) e il sostegno ad iniziative di promozione del movimento e di uno stile di vita attivo (gruppi di cammino, sostegno alla pratica del movimento per tutte le età, programmi per le scuole, ...)

Andare a piedi o in bicicletta per gli spostamenti abituali invece di utilizzare i veicoli a motore è anche importante per la nostra salute, migliora la qualità della vita e può portare a stili di vita più salutari.

MOBILITA' ATTIVA secondo PASSI

(dati 2022-2023 su un campione di 550 persone residenti in ASL CN1)

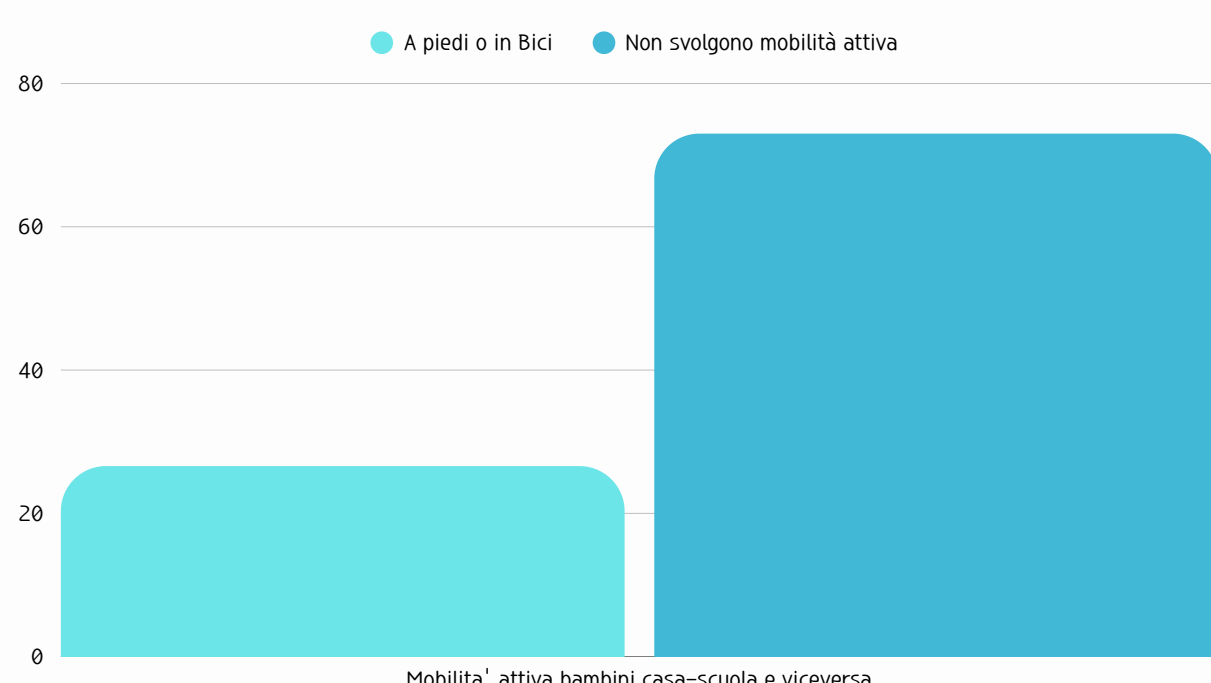


La sorveglianza PASSI permette di quantificare quante persone, fra gli adulti (18-69 anni), utilizzano la bicicletta o percorrono a piedi l'itinerario per i loro spostamenti abituali e coloro che grazie a questa abitudine raggiungono i livelli di attività fisica raccomandati da OMS per avere benefici sulla salute.

Andare in bicicletta o camminare per gli spostamenti quotidiani, per almeno 10 minuti consecutivi e per almeno 150 minuti a settimana può garantire il raggiungimento di questi livelli anche al di là dell'attività fisica praticata nel tempo libero o durante l'attività lavorativa.

MOBILITA' ATTIVA secondo OKkio alla salute

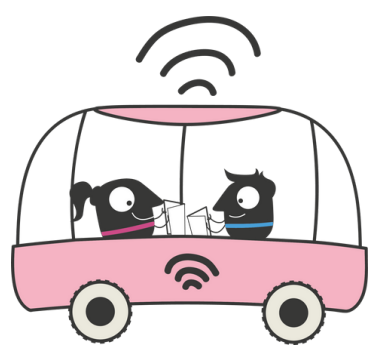
(dati 2023 su un campione rappresentativo di 408 studenti della scuola primaria sul territorio dell'ASL CN1)



MOTIVI

che ostacolano la MOBILITA' ATTIVA con i bambini

- 1 la distanza eccessiva (52,6%)
- 2 la mancanza di tempo (27,8%)
- 3 scarsa sicurezza dei percorsi (15,9%).



MOBILITA' ATTIVA in ASLCN1



Dati Piano Spostamento Casa Lavoro del personale dipendente:

tra il 14 e il 17% dei dipendenti raggiunge la propria sede di lavoro in mobilità attiva (a piedi o in bicicletta). Questo dato supera abbondantemente il 50% per coloro che si spostano nei tre km dalla propria abitazione.

Nel mese di settembre 2024 è stato istituito il servizio con tessera BIP per i dipendenti che si spostano tra le diverse sedi aziendali per motivi di servizio; complessivamente dopo il primo anno si sono effettuati spostamenti con mezzi di trasporto pubblico per un totale di circa 400 km.

Tale servizio è tutt'ora attivo con tessere disponibili presso le sedi di Cuneo, Borgo S Dalmazzo, Saluzzo e Savigliano.



COMUNITA' ATTIVE E SALUTE



Sul territorio dell'ASL CN1 sono molti i comuni che hanno già avviato politiche per valorizzare i contesti urbani ed extraurbani al fine di favorire la mobilità attiva e la promozione di stili di vita attivi e/o hanno attivi programmi di promozione dell'attività fisica nella popolazione di ogni fascia di età.

Inoltre in molti comuni sono presenti gruppi di cammino (30 gruppi) o il programma Muovinsieme per le scuole (58 plessi), che promuove il cammino come pratica di salute e benessere (consulta la mappa alla pagina Comunità Attive)

L'ASL CN1, attraverso i programmi del Piano Locale della Prevenzione, offre il proprio sostegno alle amministrazioni comunali e gli enti del terzo settore che hanno intenzione di avviare iniziative o politiche di promozione del movimento per i propri cittadini (gruppi di cammino, azioni informative, formative e di comunicazione per cittadini, personale scolastico e delle amministrazioni, adesione a programmi e carte a sostegno del movimento).

