

*E*ducare al MOVIMENTO

Roma, 30 marzo 2023



DEASCUOLA



SPORT
E SALUTE

SCUOLA
DELLO SPORT

Educare al movimento



Tutti conosciamo l'importanza di mantenere uno stile di vita salutare.

10.000
passi
al giorno

30
minuti
di sport

8
ore
di sonno



DEASCUOLA

SPORT
E SALUTE
SCUOLA
DELLO SPORT

**Tuttavia, i dati raccontano
qualcosa di diverso.**

60% PERSONE SEDENTARIE

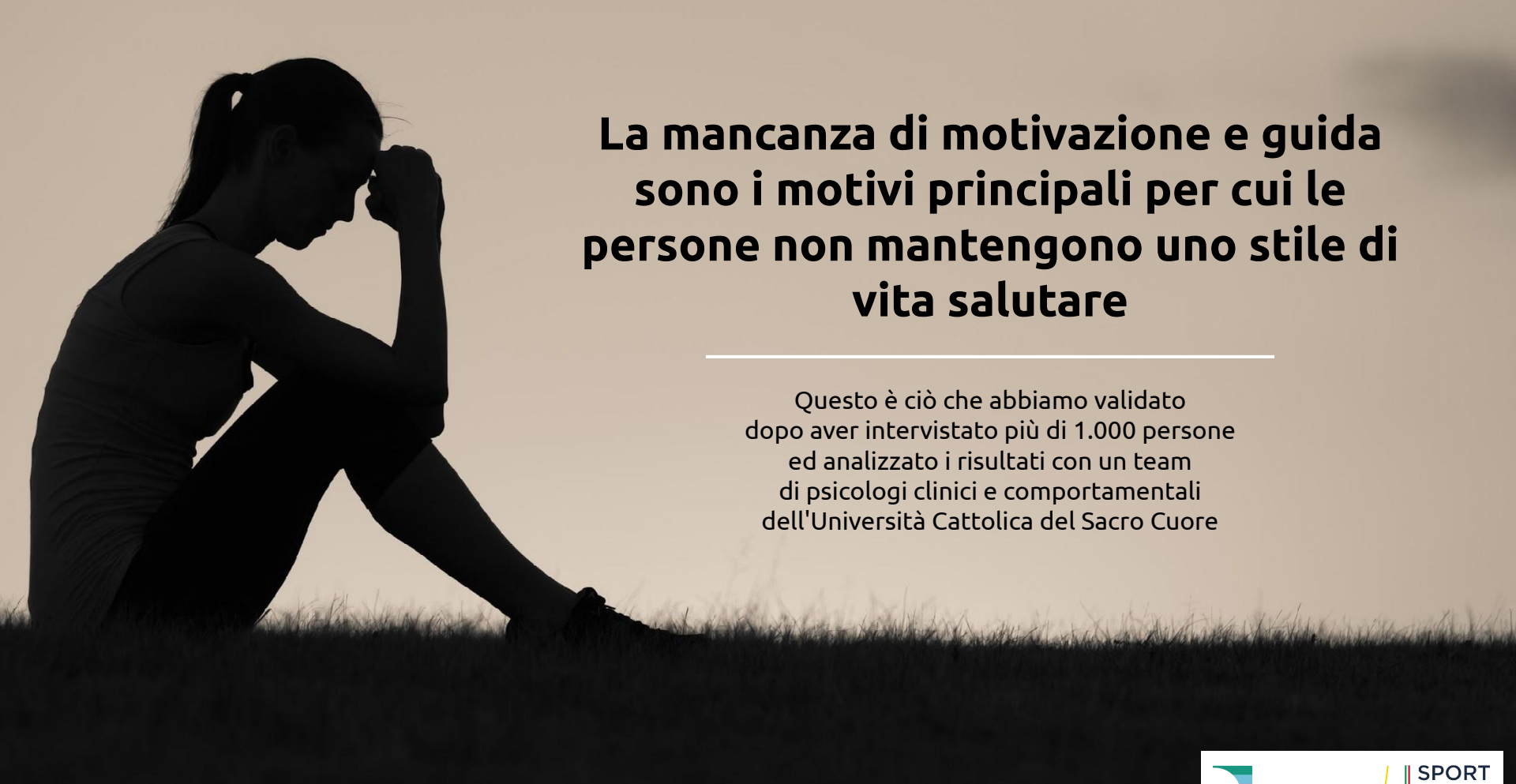
40% PERSONE SOVRAPPESO

25% A RISCHIO DI BURNOUT

The background of the slide features a blue sky with light clouds. In the foreground, there are dark silhouettes of a person jumping with arms raised and several bicycles parked on a hillside. Two semi-transparent dark grey text boxes are overlaid on the image.

Una persona sedentaria si sente peggio rispetto a una persona fisicamente attiva per **17 giorni all'anno**.

Esiste un collegamento diretto tra lo sport e il rendimento scolastico, con evidenze nettamente superiori per chi **pratica sport** in modo regolare o addirittura agonistico.



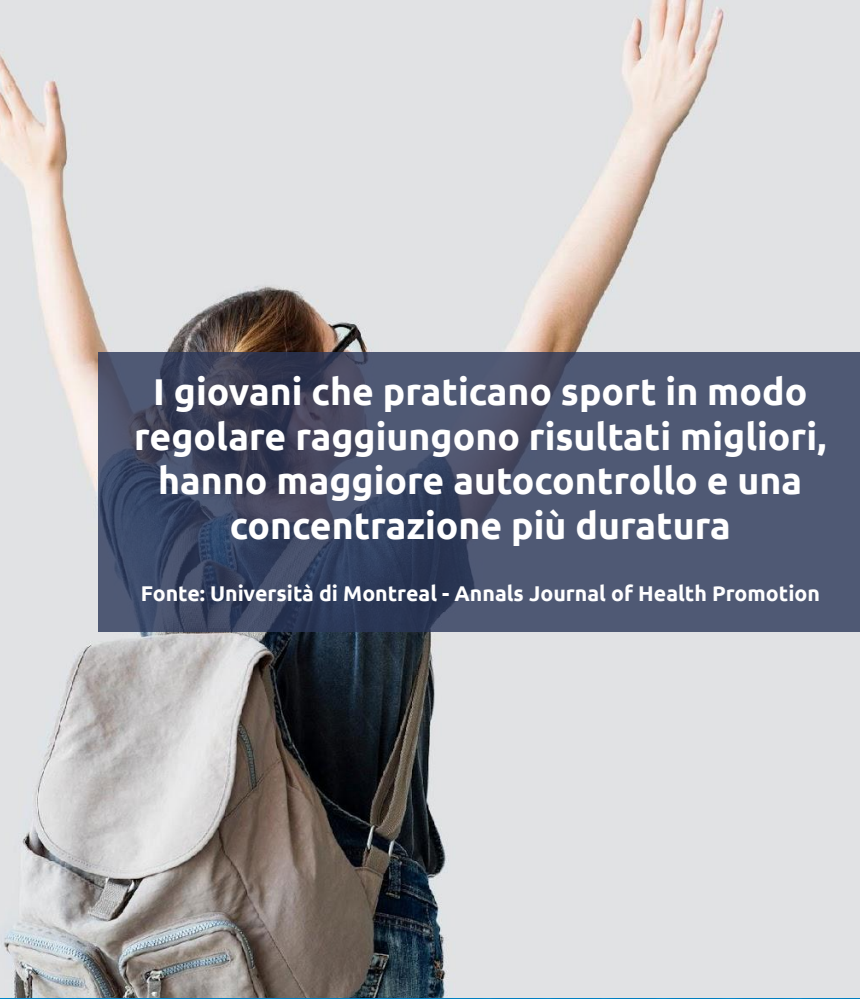
La mancanza di motivazione e guida sono i motivi principali per cui le persone non mantengono uno stile di vita salutare

Questo è ciò che abbiamo validato
dopo aver intervistato più di 1.000 persone
ed analizzato i risultati con un team
di psicologi clinici e comportamentali
dell'Università Cattolica del Sacro Cuore



DEASCUOLA

SPORT
E SALUTE
SCUOLA
DELLO SPORT



I giovani che praticano sport in modo regolare raggiungono risultati migliori, hanno maggiore autocontrollo e una concentrazione più duratura

Fonte: Università di Montreal - Annals Journal of Health Promotion



COINVOLGERE GLI STUDENTI



CREARE UN CLIMA SANO



MIGLIORARE IL RENDIMENTO



ORIENTARSI ALLA SOSTENIBILITÀ



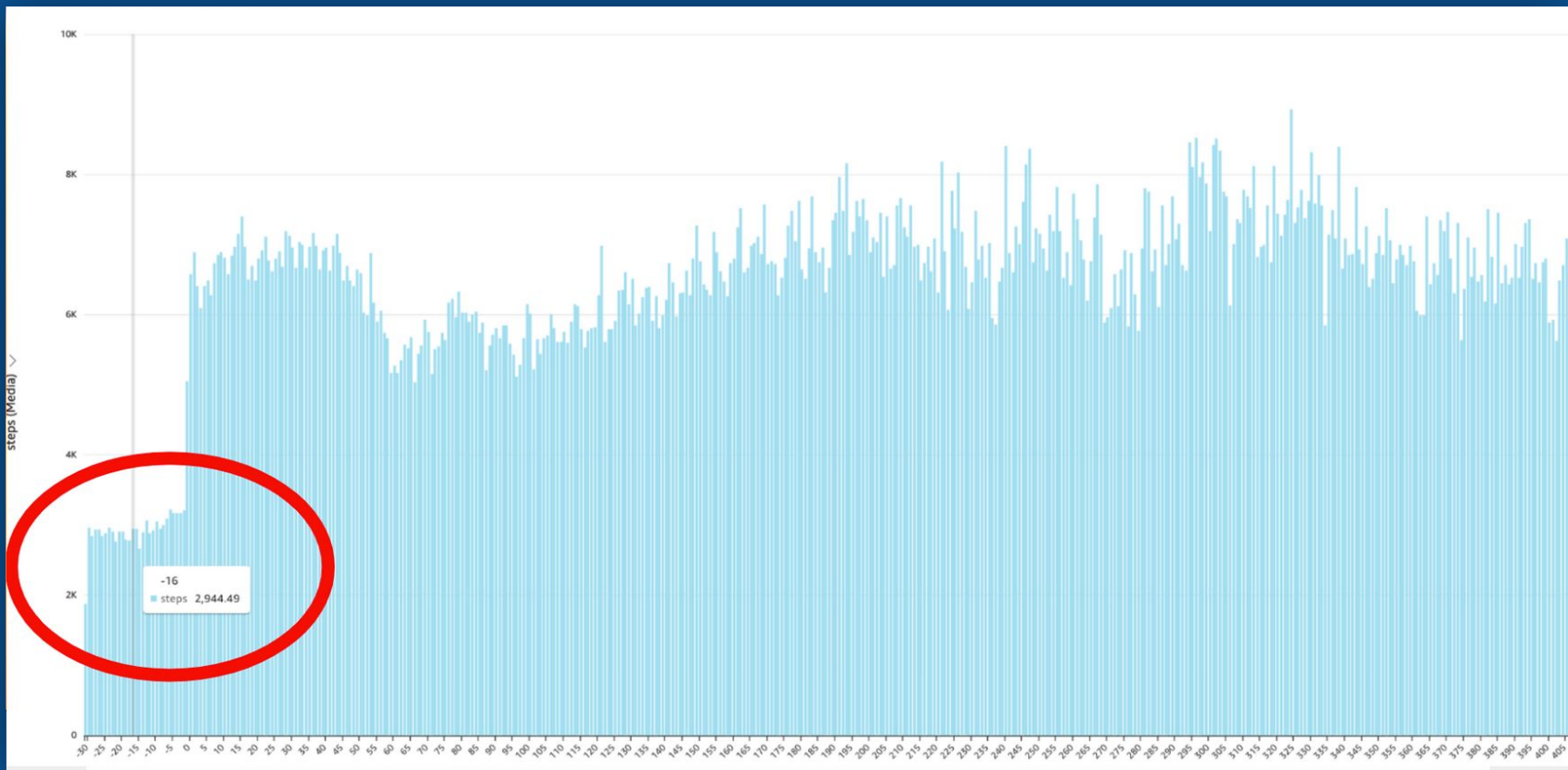
DEASCUOLA

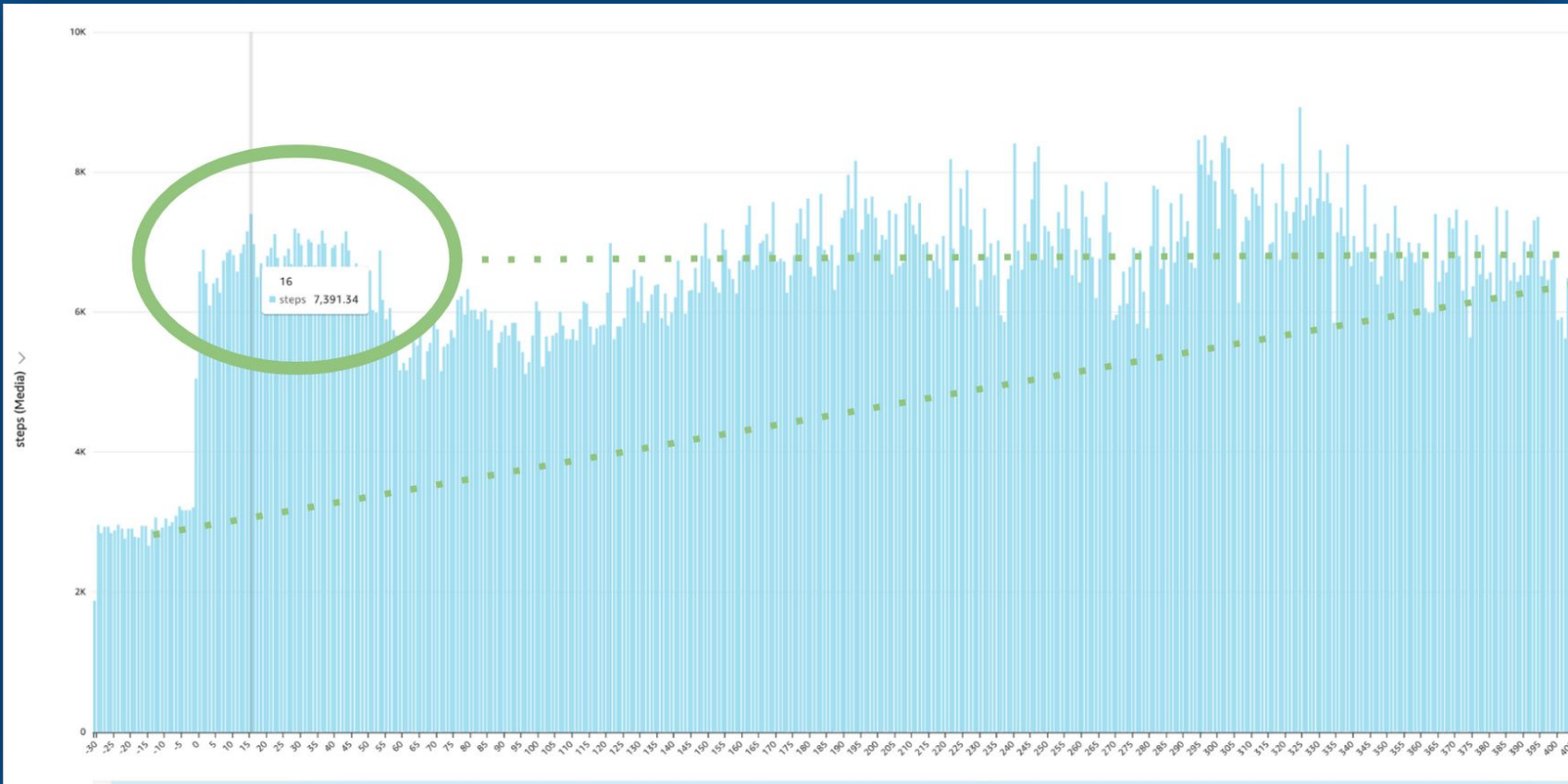
**SPORT
E SALUTE**
SCUOLA
DELLO SPORT

**Dal desiderio di incentivare le persone
a mantenere uno stile di vita salutare
nel 2017 nasce Healthy Virtuoso.**

**Un programma, basato sulla gamification
e sulla psicologia comportamentale,
che premia gli sforzi di chiunque.**

**I risultati?
Davvero sorprendenti.**





Un miglioramento quotidiano
nelle abitudini delle
persone che usano
Healthy Virtuoso.

3.820

NOV

4.950

DIC

5.263

GEN

7.921

FEB



GENERIAMO IMPATTO SOCIALE

Piantiamo **1 albero** per ogni persona che si iscrive a un programma di Healthy Virtuoso.

200.000

ALBERI PIANTATI
DA VIRTUOSO

6 MILIONI

KG/CO2 ASSORBITI
ALL'ANNO



DEASCUOLA

SPORT
E SALUTE
SCUOLA
DELLO SPORT

+90 AZIENDE VIRTUOSE
IN 130 PAESI DIVERSI

+170K PERSONE COINVOLTE

+78% MIGLIORAMENTO
MEDIO RILEVATO

INTESA  SANPAOLO  ORPEA
GROUP

 SOCIETE
GENERALE

 ZURICH®

 REPLY
TECHNOLOGY

 Whirlpool
CORPORATION

 Telepass

 Santander

 KPMG

AMERICAN
EXPRESS

 snam

Prysmian
Group

CEVA
LOGISTICS



BNP PARIBAS

EPSON
EXCEED YOUR VISION

GEWISS

BIRRA
PERONI
1846

 CUSHMAN &
WAKEFIELD

Deloitte.

95%

**APPREZZANO
I NOSTRI PROGRAMMI**

55%

**DICHIARANO DI SENTIRSI
MEGLIO RISPETTO A PRIMA**

60%

**DICHIARANO UN CAMBIAMENTO
POSITIVO NELLE ABITUDINI**

58%

**HANNO INTERAGITO
CON NUOVI COLLEGHI**

Grazie per l'attenzione

