



### ***Beat the Street Muoviamo Terni.***

La mancanza di esercizio fisico regolare è un importante problema di salute in Italia con effetti considerevoli sull'incidenza di obesità e diabete di tipo 2. Dati recenti di Eurobarometer 2014 (Speciale Eurobarometer 412) riportano che il 60% dei cittadini italiani riferiscono di non praticare sport o esercizio fisico. I tassi di prevalenza di bambini con sovrappeso e obesità in Italia sono tra i peggiori in Europa. Risulta quindi necessario testare strategie innovative in grado di aumentare il dispendio energetico quotidiano della popolazione italiana. Nel corso degli ultimi quattro anni Intelligent Health ha sviluppato *Beat the Street* coinvolgendo oltre 100.000 persone in diversi paesi per promuovere l'attività fisica e stili di vita sani.

La città di Terni, con i suoi 110.000 abitanti, è stata scelta come prima città italiana ad accogliere *Beat the Street*, una sorta di sfida globale dei camminatori urbani. Promuovendo *Beat the Street – Muoviamo Terni* si incoraggiano le persone a compiere a piedi o in bicicletta brevi viaggi attraverso i quartieri e i parchi della città. Apposite colonne con lettori di smartcard sono installati su pali della luce. I residenti vengono dotati di una smartcard, quando la stessa tocca un lettore e poi il successivo un viaggio viene registrato e la distanza contribuisce al totale per l'intera comunità. La città di Terni si è posta un obiettivo straordinario: percorrere nelle 6 settimane in cui la sfida avrà luogo (14 febbraio – 29 marzo 2015) almeno 200.000 km (e magari raggiungere anche la Luna!). Quando la distanza sarà raggiunta, la città riceverà un premio da destinare a un progetto di salute e pubblica utilità.

L'obiettivo di *Beat the Street – Muoviamo Terni* è quello di stimolare nell'intera comunità cittadina un cambiamento nei comportamenti e negli stili di vita, incoraggiare le persone a diventare più attive, promuovere la cittadinanza consapevole, rinsaldare vincoli di condivisione e solidarietà.

Obiettivi ambiziosi raggiungibili attivando tutte le risorse del territorio cittadino e coinvolgendo tutti gli attori del comprensorio per stimolare e arricchire il senso della partecipazione collettiva sui temi fondamentali della Salute e della Sostenibilità nell'ambito della comunità urbana di Terni.

**Per informazioni e aggiornamenti:**

**Sito web:** <http://terni.beatthestreet.me/>

**Facebook:** Muoviamo Terni

**Twitter:** Muoviamo Terni @muoviamoterni

**Email:** [teamterni@gmail.com](mailto:teamterni@gmail.com)