

COSTRUIRE
in project finance Spazi di Sport

COSTRUIRE in Project S.r.l. società di ingegneria
via delle Monache, 2 - 41057 Spilamberto (MO) - CF e P.IVA 02722870363
tel.059-785422 - fax.059.785734 - www.costruireinproject.it - info@costruireinproject.it
Ing. **Luciano Rizzi** (a.d.) - t.335.6232113 - rizzi@costruireinproject.it

HEPA EUROPE
rete europea per la
promozione salute e
migliorare l'attività fisica
è un progetto dell'O.M.S.



mi MUOVO, GIOCO, faccio SPORT
il progetto della casa BLU, la CASA CHE non C'È
per stare bene (guadagnare salute) con pillole blu di movimento

VOLANTINO



Si parla spesso di sport, gioco e movimento usando le parole in modo indifferente.
È indispensabile precisarne il corretto significato.

- ▶ mi MUOVO per stare bene (per me e per sempre)
- ▶ GIOCO per divertirmi con gli amici.
- ▶ faccio SPORT per vincere contro gli avversari.

Il bambino prima gioca, poi fa sport e si siede ma non si muove mai per stare bene.
Un adulto è seduto, poi inizia a muoversi, gioca, fa sport e si risiede.

Vediamo i numeri.

In Italia oggi sudano 2 persone su 10.

8 sono sedute.

Ma all'età di 8 anni non ci sono bambini seduti.

I bambini sono tutti "verdi".

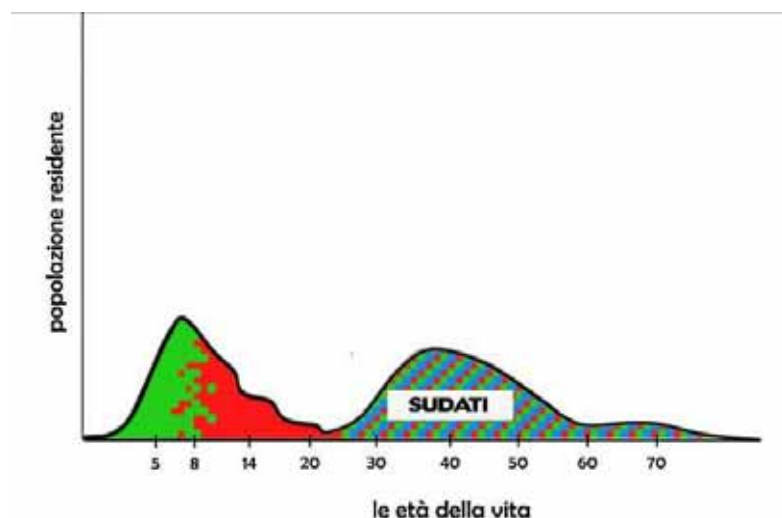
I bambini sudano giocando.

Poi passano alla scuola dello sport.

I ragazzi sono tutti "rossi".

Poi in tanti abbandonano lo sport, e si siedono.

Con il primo lavoro gli adulti rimangono seduti.



E il loro cuore diviene grigio.

Con il secondo lavoro alcuni riprendono a sudare. Lo fanno perché ... E il cuore riprende un colore.

Si muovano nel "blu" per vivere e vivere meglio.

Giocano nel "verde" per divertirsi con gli amici.

Fanno sport nel "rosso" per vincere contro gli avversari.

Il passaggio da un colore all'altro è continuo. Dipende dalla condizione mentale individuale nel momento in cui sudano.

Ma quelli seduti dal cuore grigio continuano ad aumentare. E sono tanti. Poi si ammalano. E il cuore diviene nero. È la malattia cronica.

Che fare?

Intanto diamo una maglietta blu a tutti i seduti. Quelli dal cuore grigio. Poi costruiremo la casa che non c'è.

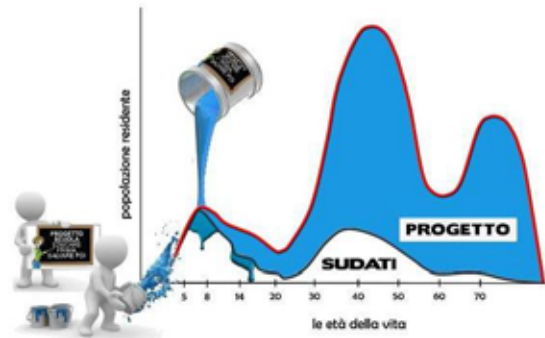
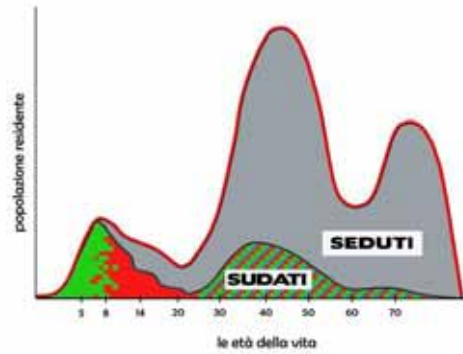
La casa per passare dal cuore grigio al cuore blu, prima che diventi nero. È la casa per riprendere a sudare con la pillola blu del movimento, per vivere e vivere meglio.

Solo con il cuore blu potrò salire dal gioco allo sport e ridiscendere senza sedermi mai. È con il cuore blu che sarò sudato per tutta la vita.

È il passaggio dallo sport per tutti allo sport di tutti per tutta la vita.

La casa che non c'è è la casa per la raccolta dell'abbandono. Per salvare poi, dopo lo sport. Ma per questo dobbiamo educare prima dello sport. Prima degli 8 anni, durante il gioco.

E per questo nasce il progetto scuola, educare prima e salvare poi.



A large collage of educational materials. On the left, a house icon is labeled 'LA CASA CHE NON C'È'. Below it is a pyramid with 'GIOCO' and 'NI MUOVO'. In the center is a map of a park with a heart in the middle. On the right, a graph is titled 'LA CASA CHE NON C'È' and contains text about the project. Below the graph are four blue t-shirts.

