

BENESSERE E QUALITÀ DELLA VITA

# Wellness Valley: in Romagna la popolazione più attiva

Nel nostro territorio solo il 13% dei cittadini è sedentario rispetto al 28% della media nazionale. La pandemia e le restrizioni hanno evidenziato l'importanza e la necessità di fare attività fisica



## CESENA

SOFIA FERRANTI

Nella Wellness Valley anche la pandemia si affronta meglio, vista la forte propensione a muoversi dei romagnoli. Lo evidenziano i dati relativi all'attività fisica della popolazione. In Romagna il 10% in più delle persone si muove regolarmente a tutte le età. Solo il 13% della popolazione è sedentario rispetto al 28% della media nazionale. Il 29% usa la bicicletta per gli spostamenti quotidiani (contro l'11% nazionale) e il 51% dei romagnoli si sposta quotidianamente a piedi contro il 40% nazionale. In Romagna è inferiore anche la popolazione a rischio disabilità a causa di malattie croniche: 12%, mentre la media nazionale fa registrare un 20,8%. Infine nel nostro territorio le imprese attive nel settore Wellness aumentano del 12% in controtendenza con il

numero totale delle imprese che è in calo del 7%.

Le restrizioni attuate dal governo a causa dell'emergenza sanitaria hanno però rallentato l'attività fisica per molte persone, evidenziando ancora di più l'importanza che ha per la salute. «I dati internazionali parlano chiaro, a causa del mancato esercizio fisico il 45% delle persone sono aumentate di peso, oltre il 50% segnalano maggiore stress ed il 37% addirittura segni di depressione – afferma Nerio Alessandri, fondatore di Technogym e promotore della Wellness Valley – Dopo mesi di isolamento ed inattività fisica, appena sarà possibile le persone avranno voglia di muoversi, vivere, incontrarsi, di socializzare e fare esercizio fisico. In questo scenario, sempre più vicino, un territorio in grado di offrire prodotti, servizi ed esperienze legate al wellness, sarà sicuramente più competitivo per due motivi: al proprio interno, per educare le persone al movimento ed alla salute e verso l'esterno per creare opportunità di business e di lavoro in un settore in grande ascesa».

Il progetto "Wellness Valley - Romagna benessere" creato nel 2003 da Wellness Foundation con l'obiettivo di fare della Romagna il primo distretto al mondo per competenze nella qualità della vita e nel benessere delle persone ha riscosso molto successo, nel corso degli anni e ha contribuito a creare prodotti innovativi attirando sempre più turisti alla ricerca di un'esperienza di benessere. Imprese, pubbliche amministrazioni, università, scuola e società civile collaborano attivamente alla Wellness Foundation per dar vita a pro-



In alto la cartina della Wellness Valley Romagnola e Nerio Alessandri fondatore di Technogym e promotore del progetto nato nel 2003. Sotto il Technogym Village, il primo "Wellness campus" al mondo

grammi, eventi, progetti educativi e politiche che mettono al centro la persona e la sua qualità di vita.

«Star bene conviene a tutti gli stakeholders: governi, imprese e cittadini – sottolinea Alessandri – A partire dalla responsabilità sociale di Technogym, dalla nostra esperienza internazionale nel settore del fitness e del wellness e dal nostro ecosistema digitale, da 15 anni, promuoviamo il progetto Wellness Valley, il cui valore è oggi dimostrato anche da dati concreti. Il progetto pilota che abbiamo costruito in Romagna, può essere esteso all'intero paese, per fare dell'Italia il primo produttore di benessere al mondo, in un momento storico in cui wellness e salute sono, più che mai, in vetta alle priorità per tutti».

## Il cuore pulsante è il Technogym Village

Il Technogym Village, il primo "Wellness Campus" al mondo, è il cuore pulsante della Wellness Valley. Oltre ad essere il punto di riferimento globale per i settori del wellness, del fitness e dello sport, il Technogym Village è un luogo che vive in forte osmosi con il territorio con l'obiettivo di condividere idee, progetti per lo sviluppo e alla diffusione del Wellness da un punto di vista educativo e di ricerca medico-scientifica. Progettato dall'architetto

Antonio Citterio, il Technogym Village è stato realizzato secondo i principi della bio-architettura e unisce agli stabilimenti produttivi, il centro di innovazione e ricerca, gli uffici, un grande wellness center aperto a tutti i collaboratori, spazi per l'attività fisica all'aperto ed un ristorante aziendale dedicato alla sana alimentazione. Il Technogym Village è in sostanza il quartier generale dell'azienda. È il luogo in cui l'idea del Wellness prende vita, dove i collaboratori e i visitatori dell'azienda possono sviluppare, promuovere e vivere i vari aspetti del Wellness Lifestyle. Il Village è stato sviluppato come una fucina di idee, per condividere innovazioni, informazioni e ricerche.

«A causa del mancato esercizio fisico il 45% delle persone sono aumentate di peso, oltre il 50% segnalano maggiore stress»

«Dopo questo periodo chi è in grado di offrire servizi ed esperienze legate al wellness, sarà più competitivo»

Nerio Alessandri Fondatore Technogym