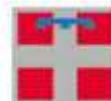




Let's
FIT *for a*
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001



Let's
FIT *for a*
healthy
life

Let's fit healthy life!

The role of sport in regenerating deprived areas

ERASMUS+ SPORT PROJECT

Collaborative Partnerships

Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

I.O. 01 REPORT

**Analisi dei bisogni locali nei sei paesi coinvolti; raccolta e
condivisione delle migliori esperienze, migliori pratiche ed
esempi pratici**

Giugno 2019 – M6



Palencia Nordic
Walking

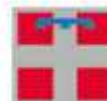




Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

INDEX

1	Introduzione	1
a.	Fattori chiave	6
b.	Affinità con gli obiettivi del progetto	8
c.	Attività fisica, esercizio fisico e Fitwalking	9
2	Un piano di azione globale	10
a.	I.O.02 Participatory actions	13
b.	M.E. 01 Multiplier sport event	15
3	Analisi dei bisogni locali – Attività fisica e promozione dello sport	16
a.	I dati sulla pratica sportiva in Europa	17
b.	I dati sulla pratica sportiva nei paesi partner	
i.	P2 Lettonia	24
ii.	P3 Portogallo	25
iii.	P5 Spagna	26
iv.	P6 Estonia	27
v.	P1/P7 Italia	28
4	Conclusioni	29



Palencia Nordic
Walking

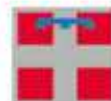




Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

ANNEXES

ANNEX 1 - Programma Erasmus Plus

31

ANNEX 2 - I.O. 01 – Questionario

TAB. 2.1	1) Pratici sport o attività fisica?	34
TAB. 2.2	2) Pensi che sia utile e consigliabile per la salute e il benessere praticare sport o un'attività fisica?	37
TAB. 2.3	3) Pensi che sul tuo territorio lo sport e l'attività fisica siano considerati le fondamenta di uno stile di vita salutare?	40
TAB. 2.4.	4) Sul tuo territorio ci sono spazi per praticare sport e l'attività fisica (parchi, piste ciclabili, impianti sportivi gratuiti, ...)?	43
TAB. 2.5	5) Pensi che sul tuo territorio i servizi pubblici siano sufficienti? Ad esempio scuole pubbliche, ospedali e ambulatori medici, impianti sportive, trasporto pubblico.	46
TAB. 2.6	6) Come definisci la qualità di vita sul tuo territorio?	49
TAB. 2.7	7) Pensi che miglior servizi pubblici (come sopra menzionato) potrebbero migliorare la qualità di vita sul tuo territorio?	52
TAB. 2.8	8) Le autorità locali supportano la promozione della pratica di attività fisica per la salute , per esempio attraverso messaggi promozionali su media locali, promozione della disponibilità di corsi sportivi ed incoraggiare le persone ad utilizzare le piste ciclo-pedonali?	55
TAB. 2.9	9) Hai figli? Se si praticano sport? Se si quanto spesso? A scuola sono proposte iniziative per promuovere l'attività fisica come gruppi di cammino, tragitto casa/scuola a piedi o in bici, attività sportive extra-scolastiche, ...	58
TAB. 2.10	10) Pensi che lo sport sia uno strumento di inclusione sociale?	61
TAB. 2.11	11) Sul tuo territorio sono proposte iniziative per promuovere l'attività fisica per gli anziani, per i malati cronici (ad esempio diabete, obesità, ...) o gruppi con speciali necessità (disabili, immigrati, persone svantaggiate, ...)? Se si conosci il tipo di iniziative? Se no o se non lo sai pensi che possano essere utili? Hai dei consigli?	64
TAB. 2.12	12) Come vai al lavoro/scuola?	67
TAB. 2.13	13) Sono proposte iniziative sportive/attività fisica sul tuo luogo di lavoro?	70

ANNEX 3 - WHO Physical activity factsheet 2018

TAB. 3.1.1/3.1.4	Lettonia	73
TAB. 3.2.1/3.2.4	Portogallo	77
TAB. 3.3.1/3.3.4	Spagna	81
TAB. 3.4.1/3.4.4	Estonia	85
TAB. 3.5.1/3.5.4	Italia	89

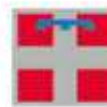




Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

Questo report è stato redatto dopo il ritiro del partner Croato (formalizzato ad Aprile 2019 – M4). Il Lead Partner ha adottato tutte le procedure EACEA per ufficializzare la richiesta di emendamento.

Nel frattempo è in corso la sostituzione del P4: ma la procedura di ammissione del nuovo Partner, Gymnastikos Athlitikos Syllogos ILISOS (Gas Ilisos) - GRECIA – che andrebbe a sostituire il Partner croato è ancora in attesa di conclusione.

Per questo motivo, l'I.O1 ha visto la partecipazione di 5 paesi e non di 6.

Il nuovo Partner (Gas Ilisos) si unirà alla partnership e alle attività dell'I.O2 durante l'estate 2019, dopo l'approvazione ufficiale di EACEA.

1

1. Introduzione

Erasmus Plus¹ è il programma dell'Unione europea per l'Istruzione, la Formazione, la Gioventù e lo Sport 2014-2020. Il programma, approvato con il Regolamento UE N 1288/2013² del Parlamento europeo e del Consiglio, combina e integra tutti i meccanismi di finanziamento attuati dall'Unione Europea fino al 2013:

- **il Programma di apprendimento permanente** (Comenius, Erasmus, Leonardo da Vinci, Grundtvig)
- **Gioventù in azione**
- **i cinque programmi di cooperazione internazionale** (Erasmus Mundus, Tempus, Alfa, Edulink e il programma di cooperazione bilaterale con i paesi industrializzati). Comprende inoltre le Attività Jean Monnet e include per la prima volta un sostegno allo Sport.

Il programma integrato permette di ottenere una visione d'insieme delle opportunità di sovvenzione disponibili, mira a facilitare l'accesso e promuove sinergie tra i diversi settori rimuovendo le barriere tra le varie tipologie di progetti; vuole inoltre attrarre nuovi attori dal mondo del lavoro e dalla società civile e stimolare nuove forme di cooperazione.

In ambito sportivo, il programma si concentra su progetti transnazionali volti a sostenere gli sport amatoriali e ad affrontare le sfide transfrontaliere quali: contrastare le partite truccate, il doping, la violenza e il razzismo, nonché promuovere il buon governo, la parità di genere, l'inclusione sociale e l'attività fisica per tutti.

In particolare, tali attività devono mirare a:

- affrontare le minacce transfrontaliere per l'integrità dello sport
- promuovere e sostenere la buona governance nello sport e le carriere parallele degli atleti
- promuovere attività di volontariato, l'inclusione sociale e le pari opportunità nello sport
- aumentare la consapevolezza dei benefici dell'attività fisica per la salute
- aumentare la partecipazione nello sport.

¹ ANNEX 1 – Programma Erasmus Plus

² Regolamento (UE) n. 1288/2013 del Parlamento Europeo e del Consiglio dell'11 dicembre 2013

http://www.erasmusplus.it/wp-content/uploads/2015/01/Regolamento_erasmusplus.pdf



Palencia Nordic
Walking

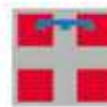




Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

Il programma finanzia partenariati di collaborazione ed eventi sportivi senza scopo di lucro, e sostiene le azioni che mirano a rafforzare i dati per la definizione delle politiche e promuovere il dialogo con i soggetti interessati. Le azioni nel settore dello sport sono incentrate principalmente sugli sport di base. A livello sistemico le azioni in questo settore dovrebbero contribuire allo sviluppo della dimensione europea nello sport; in un'ottica individuale i progetti sostenuti da Erasmus+ devono condurre all'aumento dei livelli di partecipazione allo sport e alla promozione dell'attività fisica.

Il progetto Erasmus+ *Let's fit healthy life!* coglie a pieno lo spirito del programma facendone suo l'obiettivo, nasce infatti con lo scopo di promuovere uno stile di vita attivo attraverso l'uso dello sport, nello specifico walking e fitwalking.

È dimostrato che un'attività fisica regolare aiuta a prevenire e curare malattie croniche non trasmissibili (NCD) come malattie cardiache, ictus, diabete e cancro al seno e al colon. Inoltre aiuta a prevenire l'ipertensione, il sovrappeso e l'obesità e può migliorare la salute mentale, la qualità della vita e il benessere, nonostante questo assunto gran parte del mondo sta diventando meno attiva, Europa compresa³.

L'attuale basso livello di attività tra i cittadini dell'UE rimane molto preoccupante. Secondo il report *Special Eurobarometer on Sport and Physical Activity*⁴, il 54% di tutti gli intervistati non ha svolto alcuna attività vigorosa e il 44% non ha svolto alcuna attività fisica moderata. Inoltre, il 13% dei cittadini dell'UE non ha camminato per almeno 10 minuti alla volta in un dato giorno in una settimana.

L'obiettivo primario del progetto è quindi la promozione della pratica sportiva in accordo con quanto indicato nelle linee guida "*EU Physical Activity Guidelines*"⁵, si svolgerà su un arco temporale di due anni, dal 1° Gennaio 2019 (M1 – mese 1) al 31 Dicembre 2020 (M24 – mese 24), coinvolgendo 7 partner (in fase di inserimento la Grecia, quale partner 4):

P1 Lead Partner - Regione Piemonte – ITALY

P2 partner - Zemgale Planning Region – LATVIA

P3 partner - Carvalhais Sport, Cultural and Social Association – PORTUGAL

P5 partner - Club Deportivo Nordic Walking Castilla y Leon (Palencia) – SPAIN

P6 partner - Municipality of Valga – ESTONIA

P7 partner – ASD Scuola del Cammino Fitwalking – ITALY

Al momento della redazione di questo report i partner coinvolti sono 6 ed i paesi coinvolti sono 5 perché il partner croato - Croatian Mountaineering Association "Belišće" – ha rinunciato al progetto e l'ingresso del nuovo partner è ancora in sospeso.

Il partner croato sarà sostituito dall'associazione sportiva greca Gymnastikos Athlitikos Syllogos ILI-SOS (Gas Ilisos), questo nuovo partner si unirà alla partnership e alle attività afferenti all'I.O.02 durante il periodo estivo (2019), dopo la conferma ufficiale di EACEA.

³ Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world. Geneva: World Health Organization; 2018. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272722/9789241514187-eng.pdf>

⁴ Special Eurobarometer 472 - December 2017 - "Sport and physical activity" Report
file:///C:/Users/Windows/Downloads/ebs_472_en.pdf

⁵ EU Physical Activity Guidelines - Brussels, 10 October 2008 -
https://ec.europa.eu/health/sites/health/files/nutrition_physical_activity/docs/2008_eu_physical_activity_guidelines_en.pdf



Palencia Nordic
Walking



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*
ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

P1 Lead Partner - Regione Piemonte – ITALY

Regione Piemonte, con oltre 4.300.000 abitanti, è il governo di una regione nord-occidentale italiana. Le politiche regionali hanno lo scopo di promuovere lo sviluppo economico e sociale del Piemonte e delle sue comunità, sostenendo e promuovendo una crescita economica equilibrata e sostenibile, coesione sociale, programmi educativi, ricerca, piani di tutela ambientale, sviluppo di turismo sostenibile e promozione e valorizzazione del Piemonte e del suo patrimonio culturale e storico. L'Assessorato Regionale alla Cultura, Turismo e Sport ha competenze specifiche nella pianificazione, monitoraggio e controllo della qualità della vita delle persone, assistenza sanitaria e sviluppo delle relazioni sociali, anche attraverso le attività sportive.

Alcuni eventi sportivi che beneficiano di contributi regionali sono: Progetto "Giochi senza barriere", Progetto "Regione Piemonte per lo sport a scuola", Progetto "Primavera sportiva", progetti sportivi a favore dell'inclusione sociale e a favore dei disabili.

Le attività programmatiche del Dipartimento regionale dello sport mirano ad offrire l'opportunità di sperimentare, apprendere e praticare attività fisiche, combinate con il sostegno culturale ed educativo che lo sport introduce nella propria crescita personale, anche con una corretta educazione alimentare. L'area piemontese diventa famosa come organizzatore ufficiale dei XX Giochi Olimpici Invernali del 2006, che si sono svolti dal 10 al 26 febbraio 2006, a Torino e in altre 8 località montane piemontesi. Il territorio regionale ha anche ospitato, dal 10 al 19 marzo 2006, i IX Giochi Paralimpici Invernali. Inoltre, l'area del Monferrato in Piemonte, nel 2017 ha ottenuto un prestigioso riconoscimento da parte di ACES EUROPE come European Community of Sport 2017; lo stesso per la città di Torino, nel 2015, come "Capitale europea dello sport".

P2 partner - Zemgale Planning Region – LATVIA

Zemgale Planning Region (ZPR) è un'entità pubblica fondata nel 2006, sotto la supervisione diretta del ministero della Protezione ambientale e dello sviluppo regionale del governo della Lettonia.

Occupava un territorio di 10.733 Km², ovvero circa il 16,6% dell'intero territorio lettone, con una popolazione di circa 281.000 abitanti. L'obiettivo principale della Zemgale Planning Region è garantire la pianificazione e il coordinamento regionali, nonché la cooperazione tra i comuni e le varie istituzioni governative. La sede amministrativa si trova nella città di Jelgava.

Nel corso degli anni, ZPR ha acquisito una vasta esperienza nella gestione di progetti cofinanziati dall'Unione europea e negli ultimi cinque anni ha ricoperto il ruolo di capofila e partner di cooperazione in circa 30 progetti di rilevanza europea; pertanto, ZPR ha molta esperienza nel coordinamento di molti partner transfrontalieri, molta conoscenza di questioni ambientali e culturali, esperienza pratica nella gestione di progetti su larga scala con una componente infrastrutturale, fornendo anche consigli alle organizzazioni partner su appalti pubblici, finanziari e di segnalazione. Zemgale Planning Region come ente pubblico insieme a tutti i suoi 22 comuni locali sono attivamente coinvolti nel programma operativo "Crescita e occupazione" del FSE notando misure per promuovere la salute locale implementare varie misure di promozione della salute e prevenzione delle malattie per diversi gruppi di popolazione nella regione e in particolare per gruppi a rischio di povertà ed esclusione sociale migliorando l'accesso alla promozione della salute e ai servizi di prevenzione delle malattie.



Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

P3 partner - Carvalhais Sport, Cultural and Social Association – PORTUGAL

L'Associazione ADCS Carvalhais è un'associazione senza fini di lucro fondata nel 1991, in seguito all'iniziativa intrapresa da un gruppo di cittadini locali, con lo scopo di promuovere attività sportive, culturali e sociali. Ha sede a Mirandela, una piccola città portoghese situata nella valle del fiume Tua, su un altopiano caratterizzato da una terra fertile, dove vengono coltivati gli ulivi. Ogni estate è organizzato un round del campionato europeo di Jetski (sul fiume Tua). Le attività dell'Associazione sono iniziate con la realizzazione di iniziative sportive, con il coinvolgimento attivo della comunità locale e delle scuole, che gradualmente hanno acquisito sempre più importanza fino a diventare un insieme di appuntamenti fissi e periodici.

Iniziative proposte: tornei di calcio e paintball, mountain bike, feste locali, laboratori di pittura e arte decorativa, escursioni sul territorio, promozione della salute.

P5 partner - Club Deportivo Nordic Walking Castilla y Leon (Palencia) – SPAIN

L'organizzazione Club Deportivo Nordic Walking Castilla y León è stata fondata nel 2015. È un Club di portata regionale e nazionale, registrato nella Direzione Generale dello Sport del Meeting di Castiglia e Leon. È anche riconosciuto dalla Federazione spagnola di alpinismo, così come dalla Federazione di Castilla y León de Mountain. Ha progettato un'offerta che cerca di promuovere lo sport e, soprattutto, la salute. Insieme all'Iberica Nordic Walking si occupa di: sviluppo di attività educative e informative; organizzazione di eventi sportivi di escursionismo e nordic walking; promozione del Nordic Walking come salute sportiva; sviluppo di proposte turistiche relative al NW; ricerca e sviluppo di nuove proposte per diversi eventi.

Ha insegnato il nordic walking a più di 4.000 persone e attualmente è considerato una delle proposte più professionali e consolidate di questa disciplina in Spagna, dopo 7 anni di attività.

Ha inoltre fondato la società Iberica Nordic Walking, responsabile della replica del modello Palencia nel resto della Spagna.

Palencia è un comune spagnolo della comunità autonoma di Castilla y León, capoluogo dell'omonima provincia. Si trova nella piana di Tierra de Campos, sulle rive del fiume Carrión. Situato a 749 m di altitudine, è a 235 km da Madrid e 47 km da Valladolid, i due capoluoghi di provincia più vicini. Il comune ha una popolazione di 78.892 abitanti (2017) su una superficie di 94,95 km². È un importante centro industriale di Castilla y León.

P6 partner - Municipality of Valga – ESTONIA

Valga è una città nel sud dell'Estonia ed è la capitale della Contea di Valgamaa. Ha circa 12.000 abitanti (insieme a Valka 17.000) e si trova vicino al confine tra Estonia e Lettonia. Costituisce un unico nucleo urbano con il comune lettone di Valka, tagliato in due parti dalla linea di confine. Infatti, fino alla loro separazione nel 1920, Valga e la città di Valka nel nord della Lettonia erano una città e ora, nonostante le sue piccole dimensioni, la città di Valga ha diverse peculiarità che stanno a cavallo tra due paesi, Estonia e Lettonia, con due lingue diverse e culture. Il Comune di Valga è membro di 3 organizzazioni: la gemellata City Association (8 città vicine di diversi paesi), Innovation Circle Network (48 istituzioni-comuni-città in 7 paesi) e Twin Cities Association (7 città collegate per amicizia in Europa).

Queste caratteristiche hanno permesso al comune di Valga di far parte di una vasta rete di coopera-



Palencia Nordic
Walking





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

 **REGIONE
PIEMONTE**

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

zione, sviluppando negli ultimi 20 anni una grande esperienza nell'organizzazione di conferenze, seminari e workshop internazionali.

Inoltre, negli ultimi anni il governo della città di Valga è stato caratterizzato da un coinvolgimento attivo delle istituzioni e dei cittadini locali in varie attività promosse nell'ambito di progetti cofinanziati dalla Commissione Europea, in particolare nel campo della Salute. Una delle priorità municipali è la promozione di stili di vita sani attraverso la salute, lo sport, l'educazione e le politiche alimentari.

5

P7 partner – ASD Scuola del Cammino Fitwalking – ITALY

L'A.S.D. Scuola del Cammino Fitwalking Italia è un'associazione sportiva dilettantistica - affiliata alla Federazione Italiana Atletica Leggera - e fondata nel 2001 come Fondazione Scuola dello Sport e del Cammino e trasformata nel 2013 nell'attuale ASD Scuola del Cammino Fitwalking Italia. Lo scopo dell'Associazione consiste nella promozione e nello sviluppo dello sport nel contesto della "camminata popolare", con particolare attenzione all'accessibilità allo sport per tutti. L'ASD negli ultimi anni ha sviluppato competenze specifiche nel mondo del cammino ed è il riferimento per la gestione tecnica della disciplina di Fitwalking. L'ASD ha lanciato iniziative e progetti anche in ambito socio-sanitario, con particolare attenzione all'uso del camminare come esercizio fisico per prevenire e migliorare la salute, oltre che un mezzo di prevenzione accanto a trattamenti tradizionali per quei tipi di malattie definite attività "esercizio sensibile".

L'ASD ha anche avviato iniziative e progetti nel settore sanitario, con particolare attenzione al camminare come esercizio fisico per prevenire e migliorare la salute e collabora con le scuole per promuovere iniziative volte a coinvolgere i giovani e sollecitare politiche finalizzate alla mobilità sostenibile. Ha esperienza nella promozione di attività sportive per i cittadini di qualsiasi età, dalla scuola ai grandi eventi con folle di persone, dalle pratiche di formazione per gli studenti agli eventi a piedi come strumento per migliorare comportamenti sani per gli anziani.

Il progetto si avvale inoltre di alcuni partner di sostegno, per l'Italia l'ASL TO 4 e per il Portogallo il Gimnasio Clube Mirandense.

L'Autorità Sanitaria Locale – **ASL TO 4** ha già sperimentato diverse iniziative nel campo della promozione della salute: promozione di attività fisica adattata (AFA), gruppi di cammino, promozione del nordic walking,... . In particolare, il recente progetto "Lotta al comportamento sedentario negli adulti" ha attivato una rete di collaborazione condivisa tra Comuni e associazioni, il cui scopo era l'organizzazione e la gestione delle attività sportive adattate / AFA, per promuovere e monitorare la salute locale bisogni dei cittadini. L'AFA è un tipo speciale di ginnastica che può migliorare la mobilità. Gli istruttori hanno ricevuto un modulo di raccolta dati, da compilare per ciascun partecipante, al fine di registrare: dati personali, modalità di presentazione al corso, risultati di una batteria di test fisici (alzarsi e scendere, velocità di marcia, squat) e giudizi su i benefici dell'attività. Relativamente al Nordic Walking, è stato preparato uno speciale modello di indagine, gestito dagli istruttori delle associazioni locali, la valutazione del programma di promozione dei gruppi di cammino segue i suggerimenti forniti dal Gruppo di lavoro regionale previsto dal Piano di Prevenzione Regionale - Azione 2.5.1 del Piemonte.

I partner lavoreranno insieme per raggiungere degli obiettivi specifici:



Palencia Nordic
Walking

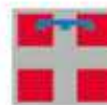




Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

- coinvolgere i territori decentrati e le aree naturali/rurali marginali come luoghi per vivere uno stile di vita attivo e praticare il walking, il Fitwalking e il power walking;
- migliorare la capacità locale di promuovere uno stile di vita attivo e sperimentare schemi innovativi per ripensare e gestire le risorse naturali e i territori svantaggiati (non urbani);
- ispirare varie aree territoriali europee per attuare iniziative pilota sulla salute, promuovere attività fisiche specifiche e stili di vita più attivi (scambio di buone pratiche);
- migliorare la consapevolezza, al fine di stimolare gli stakeholder locali/regionali ad adottare punti di vista comuni nell'adozione di politiche di promozione e sviluppo dell'attività fisica e sportiva in ambito locale;
- aumentare la consapevolezza sul valore dello sport e dell'attività fisica in relazione allo sviluppo personale, sociale e professionale degli individui;
- creare una rete transnazionale sostenibile di competenze Fitwalking in Europa allo scopo di scambiare buone pratiche ed esperienze;
- sviluppare un modello per l'educazione e la formazione di atleti e dilettanti sportivi nel campo della disciplina Fitwalking.

6

a. Fattori chiave⁶

Quasi la metà degli europei non pratica o pratica sport, e la percentuale è aumentata gradualmente negli ultimi anni.

- Due europei su cinque (40%) esercitano o praticano sport almeno una volta alla settimana, incluso il 7% che lo fa regolarmente (almeno cinque volte alla settimana). Tuttavia, quasi la metà degli intervistati (46%) non esercita mai sport.
- La percentuale di coloro che non praticano sport o che praticano sport saltuariamente è del 46%, in costante aumento dal 2009.
- Meno della metà degli intervistati (44%) fa qualche altra forma di attività fisica (come il ciclismo, ballo o giardinaggio) almeno una volta alla settimana, mentre il 35% non fa mai questo tipo di attività.
- La proporzione di chi non pratica mai attività fisiche è aumentata dal 2013, dal 30% al 35%.
- Nell'insieme, nell'UE, gli uomini esercitano, praticano sport o praticano altre attività fisiche più delle donne. Questa disparità è particolarmente marcata nel gruppo di età 15-24, con i giovani che tendono a esercitare o praticare sport su base regolare molto più delle giovani donne. La quantità di attività regolare che le persone praticano tende a diminuire con l'età.
- Il coinvolgimento nello sport e nell'attività fisica è anche meno diffuso tra le persone con livelli inferiori di educazione e tra coloro che hanno difficoltà finanziarie.
- La percentuale di persone che praticano o praticano sport regolarmente o con regolarità è la più alta in Finlandia (69%), Svezia (67%) e Danimarca (63%) mentre è più bassa in Bulgaria, Grecia e Portogallo (in ciascuno di questi paesi il 68% non pratica sport).

⁶ Special Eurobarometer 472 - December 2017 - "Sport and physical activity" Report
file:///C:/Users/Windows/Downloads/ebs_472_en.pdf



Palencia Nordic
Walking





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

In una settimana più della metà degli europei non svolge alcuna attività fisica vigorosa e circa la metà non si impegnano in una moderata attività fisica.

- Alla domanda sui loro livelli di attività fisica entro una settimana, più della metà di tutti gli intervistati (58%) non hanno svolto alcuna attività vigorosa e il 47% non ha fatto nessuna attività fisica moderata.
- Tra coloro che praticano attività fisica intensa, la maggioranza (54%) impiega un'ora o meno al giorno, mentre il 43% di loro spende più di un'ora.
- La maggior parte degli intervistati trascorre un'ora o meno facendo attività fisica moderata (63%), mentre il 34% ne spende più di una.

Il 15% degli europei non cammina per più di 10 minuti alla volta in una settimana, mentre il 12% è seduto per più di 8,5 ore al giorno

- La maggior parte dei cittadini dell'UE (61%) dichiara di camminare per almeno dieci minuti alla volta in 4 degli ultimi 7 giorni. Tuttavia, il 15% non ha camminato per almeno 10 minuti alla volta in qualsiasi giorno all'interno di una settimana.
- In un giorno normale, circa due terzi degli intervistati (69%) spendono tra 2,5 e 8,5 ore seduti, mentre il 12% si siede per più di 8,5 ore e il 16% per non più di 2,5 ore.

Gli impianti sportivi specifici sono meno popolari di quelli informali come i parchi o le aree all'aperto, oppure la percorrenza del tragitto casa/lavoro o scuola.

- Lo sport o l'attività fisica si svolgono in una vasta gamma di luoghi, più comunemente nei parchi e all'aperto (40%), a casa (32%) o nel viaggio tra casa e scuola, lavoro o negozi (23%).
- In 17 paesi, l'ambiente più comune per lo sport o l'attività fisica è il parco o all'aperto. La casa è il luogo più popolare tra gli intervistati in nove paesi, principalmente in Europa orientale.
- Tre cittadini UE su dieci affermano di essere membri di un club, in particolare un club sportivo (12%), un centro di salute o fitness (11%), un club socio-culturale (3%) o un altro tipo di club (7%).

Le principali motivazioni per la partecipazione allo sport o all'attività fisica sono il miglioramento della salute e della forma fisica. La mancanza di tempo è la barriera principale.

- Le ragioni più comuni per impegnarsi nello sport o nell'attività fisica sono migliorare la salute (54%) e migliorare la forma fisica (47%). Altri motivi popolari includono il relax (38%), il divertimento (30%) e migliorare le prestazioni fisiche (28%).
- La mancanza di tempo è di gran lunga la ragione principale addotta per non praticare sport più regolarmente (40%). Altri fattori citati sono la mancanza di motivazione o interesse (20%) e la disabilità o malattia (14%).

La maggior parte degli europei pensa che ci siano opportunità disponibili localmente per essere fisicamente attivo, ma molti non pensano che le loro autorità locali facciano abbastanza

- Tre quarti degli intervistati (74%) concordano sul fatto che nella loro area locale ci sono molte opportunità per essere fisicamente attivi.



Palencia Nordic
Walking





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

- Ci sono opinioni contrastanti sul fatto che le autorità locali facciano abbastanza per fornire ai loro cittadini opportunità di essere fisicamente attivi: il 39% degli intervistati pensa che non facciano abbastanza, mentre il 49% pensa di sì.
- Le opinioni sulle opportunità per le attività fisiche sono più positive nei Paesi Bassi, Danimarca, Svezia e Germania, e sono meno positive in Bulgaria, Romania, Croazia e Italia.

8

Il 6% degli intervistati si impegna in attività di volontariato che supportano le attività sportive

- Complessivamente, il 6% dei cittadini dell'UE afferma di svolgere attività di volontariato a sostegno delle attività sportive.
- Le persone che fanno volontariato nello sport svolgono una serie di attività diverse, più comunemente organizzando o aiutando a gestire un evento sportivo (33%), seguito da coaching o formazione (27%).

b. Affinità con gli obiettivi del progetto

Questi dati indicano con chiarezza quanto siano necessarie azioni che incentivino l'adozione di uno stile di vita attivo e promuovano la pratica sportiva. Il progetto persegue questo scopo ponendosi i seguenti obiettivi specifici:

- coinvolgere i territori decentrati e le aree naturali/rurali marginali come luoghi per vivere uno stile di vita attivo e praticare il walking, il Fitwalking e il power walking;
- migliorare la capacità locale di promuovere uno stile di vita attivo e sperimentare schemi innovativi per ripensare e gestire le risorse naturali e i territori svantaggiati (non urbani);
- ispirare varie aree territoriali europee per attuare iniziative pilota sulla salute, promuovere attività fisiche specifiche e stili di vita più attivi (scambio di buone pratiche);
- migliorare la consapevolezza, al fine di stimolare gli stakeholder locali/regionali ad adottare punti di vista comuni nell'adozione di politiche di promozione e sviluppo dell'attività fisica e sportiva in ambito locale;
- aumentare la consapevolezza sul valore dello sport e dell'attività fisica in relazione allo sviluppo personale, sociale e professionale degli individui;
- creare una rete transnazionale sostenibile di competenze Fitwalking in Europa allo scopo di scambiare buone pratiche ed esperienze;
- sviluppare un modello per l'educazione e la formazione di atleti e dilettanti sportivi nel campo della disciplina Fitwalking.



Palencia Nordic
Walking





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

c. Attività fisica, esercizio fisico e Fitwalking

L'attività fisica è definita come qualsiasi movimento corporeo prodotto da muscoli scheletrici che richiede dispendio energetico ed è un mezzo fondamentale per migliorare la salute fisica e mentale delle persone. Riduce i rischi di molte malattie non trasmissibili e favorisce la società aumentando l'interazione sociale e l'impegno della comunità.

L'attività fisica non deve essere confusa con l'esercizio. L'esercizio fisico è una sottocategoria dell'attività fisica pianificata, strutturata, ripetitiva e finalizzata nel senso che il miglioramento o il mantenimento di uno o più componenti della forma fisica è l'obiettivo. L'attività fisica include l'esercizio fisico e altre attività che implicano movimenti corporei e sono svolte nell'ambito del gioco, del lavoro, del trasporto attivo, delle faccende domestiche e delle attività ricreative.

La Conferenza generale dell'UNESCO ha osservato nella *International Charter of Physical Education, Physical Activity and Sport*⁷ che "la pratica dell'attività fisica e dello sport è fondamentale per tutti".

L'attività fisica è importante per tutte le età e dovrebbe essere integrata nella quotidianità.

Per ridurre il sedentarismo sarebbe sufficiente cambiare la propria routine ed introdurre delle nuove buone abitudini come spostarsi a piedi/in bicicletta da casa al lavoro/scuola.

E' stato dimostrato che potenziare la proposta di attività fisica incoraggiando i pazienti a praticarla è un intervento economicamente vantaggioso sia per la prevenzione primaria che secondaria in quanto previene il crescente onere delle malattie croniche non trasmissibili.⁸

In luce anche dei dati precedentemente indicati, per il progetto *Let's fit healthy life!* è stato scelto il walking/Fitwalking come attività fisica di riferimento perché camminare è la base dell'attività umana, le sue caratteristiche sono evidentemente vincenti:

- è accessibile a tutti
- è semplice da praticare
- è consigliato a tutte le età
- non necessita di attrezzatura particolare
- si può praticare ovunque in città e nelle aree rurali
- è socializzante
- i benefici sulla salute sono scientificamente dimostrati
- è un'eccellenza del territorio della Regione Piemonte, la tecnica del Fitwalking è stata infatti codificata da Giorgio e Maurizio Damilano, campioni dello sport, che dal Piemonte l'hanno diffusa a livello nazionale ed internazionale.

⁷ International Charter of Physical Education, Physical Activity and Sport – UNESCO 17 November 2015

http://portal.unesco.org/en/ev.php-URL_ID=13150&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201.html

⁸ Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases 2013-2020. - © World Health Organization 2013. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/94384/9789241506236_eng.pdf?sequence=1



Palencia Nordic
Walking

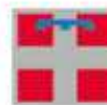




Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

2. Un piano di azione globale

L'OMS ha sviluppato un piano d'azione globale per aiutare i paesi ad aumentare le azioni politiche per promuovere l'attività fisica⁹.

Il piano stabilisce quattro obiettivi e 20 azioni propone un approccio “sistemico” per realizzarli, lo stesso che è alla base delle azioni proposte dal progetto.

I quattro obiettivi e le 20 azioni sono:

1 Creare una società attiva - norme e atteggiamenti sociali

Creare un cambiamento di paradigma in tutta la società, migliorando la conoscenza e la comprensione e l'apprezzamento per i molteplici benefici dell'attività fisica regolare, in base alle capacità e a tutte le età.

- 1 Implementare campagne di comunicazione sulle migliori pratiche collegate con programmi basati sulla comunità per aumentare la consapevolezza, la conoscenza e la comprensione e l'apprezzamento dei benefici sulla salute derivanti dall'adozione di uno stile di vita più attivo.
- 2 Condurre campagne nazionali tese a migliorare la consapevolezza, la comprensione e l'apprezzamento per i benefici sociali, economici e ambientali della pratica di attività fisica, nello specifico il cammino, la bicicletta e altre forme di mobilità che comportano l'uso di ruote (incluso sedie a rotelle, scooter e pattini), dando quindi un contributo significativo alla realizzazione dell'agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile.¹⁰
- 3 Implementare iniziative di partecipazione di massa negli spazi pubblici, coinvolgendo intere comunità, per fornire accesso gratuito ad esperienze di attività fisica.
- 4 Rafforzare la formazione pre e in servizio dei professionisti, all'interno e al di fuori del settore sanitario e non solo, per aumentare le conoscenze e le competenze legati ai loro ruoli.

2 Crea ambienti attivi: spazi e luoghi

Creare e mantenere ambienti che promuovano e tutelino i diritti di tutte le persone di tutte le età di avere un accesso equo a luoghi e spazi sicuri, nelle loro città e comunità, in cui intraprendere un'attività fisica regolare, in base alle capacità.

- 5 Rafforzare l'integrazione della pianificazione delle politiche urbana e dei trasporti per creare realtà interconnesse che permettano l'utilizzo di forme di mobilità sostenibile (cammino, bicicletta, trasporto pubblico).
- 6 Migliorare il livello dei servizi forniti per muoversi a piedi ed in bicicletta attraverso.
- 7 Accelerare l'attuazione di azioni politiche per migliorare la sicurezza stradale, la sicurezza di pedoni, ciclisti, persone che impiegano altre forme di mobilità che comportano l'uso di ruote (comprese sedie a rotelle, scooter e pattini) e la sicurezza dei passeggeri del trasporto pubblico.

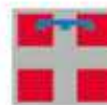
⁹ Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world. - © World Health Organization 2018 - <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272722/9789241514187-eng.pdf>

¹⁰ United Nations A/RES/70/1 - Resolution adopted by the General Assembly on 25 September 2015 - 70/1. Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development - https://www.un.org/ga/search/view_doc.asp?symbol=A/RES/70/1&Lang=E



Palencia Nordic
Walking





Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

- 8 Rafforzare l'accesso a spazi verdi e ricreativi pubblici di buona qualità, siano essi in un contesto urbano, semi-urbano o rurale, assicurandosi che l'accesso sia sicuro, universale e adatto a tutte le età.
- 9 Rafforzare la politica, le linee guida normative e di progettazione, a livello nazionale e subnazionale, per promuovere la progettazione di servizi pubblici, scuole, luoghi di assistenza sanitaria, strutture ricreative e sportive, luoghi di lavoro e alloggi sociali che consentano agli occupanti e ai visitatori di essere fisicamente attivi dentro e intorno agli edifici, dando la priorità di accesso ai pedoni, ai ciclisti e ai mezzi pubblici.

11

3 Crea persone attive: programmi e opportunità

Creare e promuovere l'accesso a opportunità e programmi, attraverso molteplici impostazioni, per aiutare persone di tutte le età e abilità a impegnarsi in attività fisiche regolari come individui, famiglie e comunità.

- 10 Rafforzare la fornitura di un'educazione fisica di buona qualità e di opportunità positive per svolgere attività di ricreazione, sport e gioco per ragazze e ragazzi, applicando questi principi all'intero ciclo scolastico al fine di promuovere una permanente alfabetizzazione motoria.
- 11 Implementare e rafforzare i sistemi di valutazione dei pazienti e consulenza per aumentare l'attività fisica e ridurre il comportamento sedentario.
- 12 Migliorare la fornitura e le opportunità di realizzazione di programmi di attività e promozione in parchi e altri ambienti naturali e nei luoghi di lavoro pubblici e privati incentivando la partecipazione di tutti.
- 13 Migliorare la fornitura e le opportunità di realizzazione di programmi e servizi su misura volti ad aumentare la pratica di esercizio fisico e la riduzione del comportamento sedentario negli anziani per sostenere un invecchiamento sano.
- 14 Rafforzare lo sviluppo e l'implementazione di programmi e servizi di promozione dell'attività fisica tra le fasce meno attive di popolazione (anziani, indigenti, persone che abitano in aree marginali, ...).
- 15 Implementare iniziative che coinvolgano l'intera comunità e che stimolino l'impegno di tutte le parti interessate a tutti i livelli al fine di promuovere l'attività fisica e ridurre la sedentarietà.

4 Creare sistemi attivi - governance e abilitatori di policy

Creare e rafforzare leadership, governance, partnership multisettoriali, capacità della forza lavoro, sistemi di advocacy e di informazione in tutti i settori, per raggiungere l'eccellenza nella mobilitazione delle risorse e l'attuazione di azioni internazionali, nazionali e sub-nazionali per aumentare l'attività fisica e ridurre il comportamento sedentario.

- 16 Rafforzare i sistemi di governance a livello nazionale e regionale per supportare la promozione dell'attività fisica attraverso azioni coordinate e multi-settore ed il monitoraggio dei progressi fatti per rafforzare la responsabilità.
- 17 Migliorare i sistemi di raccolta dati a livello nazionale ed eventualmente internazionale per sostenere: in maniera regolare la sorveglianza della pratica di attività fisica, lo sviluppo ed il test di nuove tecnologie digitali per rafforzare i sistemi di verifica, lo sviluppo di sistemi di



Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

monitoraggio dei fattori determinanti ambientali e socio-culturali dell'inattività fisica, ed il regolare monitoraggio multisettoriale relativo all'attuazione delle politiche proposte.

- 18 Rafforzare la ricerca e stimolare l'applicazione delle tecnologie digitali e delle innovazioni per accelerare lo sviluppo e l'implementazione di efficaci soluzioni volte ad aumentare l'attività fisica e la riduzione del comportamento sedentario.
- 19 Aumentare gli sforzi per promuovere la consapevolezza e la conoscenza a livello globale, regionale e nazionale tra il target chiave quale leaders di alto livello, responsabili delle politiche in più settori, media.
- 20 Rafforzare i meccanismi di finanziamento per garantire l'attuazione di azioni nazionali e regionali mirate allo sviluppo di sistemi volti all'aumento dell'attività fisica e alla riduzione del comportamento sedentario.

12



Palencia Nordic
Walking



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*
ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

a. I.O. 02 Participatory actions

Consapevoli che ogni realtà-Paese è differente, in accordo con questi 20 principi, in ogni Paese - nell'arco di tempo compreso tra **Giugno 2019 e Agosto 2020 (M6 – M20)** - verranno proposte da ogni partner del progetto delle azioni tese alla promozione dell'attività fisica, nello specifico alla diffusione del Fitwalking, elemento chiave non solo per migliorare la salute delle persone, anche per migliorare la salute di un territorio.

L'obiettivo è infatti quello di proporre azioni sistemiche che agiscano a più livelli dirette a tre principali target: giovani, anziani e malati cronici, coinvolgendo i principali attori locali (amministrazioni locali, servizio di sanità pubblica, scuole). Questo approccio sinergico consente che le diverse azioni non siano azioni isolate, ma si inseriscano in un contesto più ampio di promozione della salute, dell'adozione di corrette abitudini quotidiane e di diversa fruizione del territorio. Mirano inoltre alla creazione di un modello replicabile in tutte i Paesi non solo quelli che prendono parte al progetto.

Per intercettare il target dei giovani sono coinvolte principalmente le scuole, vengono proposti dei momenti di informazione attiva relativi ai benefici derivanti dalla pratica regolare di attività sportiva e motoria sottolineando, attraverso dimostrazioni pratiche, come sia semplice e divertente cambiare le proprie abitudini compiendo ad esempio il tragitto casa/scuola a piedi invece che in auto.

Per intercettare il target degli anziani e dei malati cronici sono coinvolte le istituzioni locali quali municipalità e servizi di sanità pubblica proponendo, attraverso di loro, oltre a momenti di informazione attiva momenti di attività collettiva attraverso la proposta di gruppi di cammino ed eventi dalla molteplice valenza aggregativa e promozionale a più livelli: promozione dell'attività fisica, promozione dell'adozione di uno stile di vita più attivo, promozione del territorio.

Nelle 6 realtà interessate dal progetto (Estonia – Grecia - Italia – Lettonia – Portogallo – Spagna) verranno organizzate almeno tre incontri/azioni focalizzate alla promozione della salute seguendo il programma seguente:

- **1st participatory action: da Aprile 2019 a July 2019**
- **2nd participatory action: da Agosto 2019 a Gennaio 2020**
- **3rd participatory action: da Febbraio 2020 ad Agosto 2020.**

Per participatory action si intendono laboratori, incontri partecipativi, eventi sportivi locali combinati ad incontri di promozione della salute con il coinvolgimento anche di rappresentanti locali/regionali.

Queste iniziative verranno promosse non solo a livello locale utilizzando diversi canali.

Altre attività saranno implementate - a livello locale - durante queste iniziative, come:

- attività di sensibilizzazione nelle scuole locali;
- conferenze stampa;
- incontri con specialisti della salute;
- laboratori;
- diffusione delle attività del progetto.

Questi eventi costituiranno un'importante piattaforma per lo scambio di esperienze e potranno contribuire a creare dei "buoni esempi" (good practice) da utilizzarsi come modello.



Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

Queste attività saranno indirizzate a:

1) Giovani

E' ormai provato che la vita sedentaria può causare problemi di salute, è necessario quindi che vengano fornite informazioni corrette sin dalla primissima fase della vita delle persone, in modo tale da favorire la volontà di praticare sport.

Lo stile di vita contemporaneo spesso implica l'uso di mezzi di trasporto personali come scooter, auto, motocicli, che i più giovani usano anche per distanze molto brevi, specialmente nel contesto urbano, è necessario che capiscano l'importanza di camminare non solo per spostarsi da punto A al punto B ma anche per mantenere il proprio corpo in buona forma e per prevenire malattie future derivanti dalla mancanza di una buona quantità giornaliera di cammino. Per tale motivo è necessaria un'azione di impatto sui più giovani per favorire la loro autocoscienza riguardo ai benefici derivanti dal camminare. Tali azioni sono pianificate sotto forma di incontri e seminari a scuola su scala locale e sono concepite in modo tale che il messaggio non sia distribuito accademicamente ma in modo cooperativo e partecipativo.

2) Persone anziane e persone con malattie croniche

Le persone anziane e le persone con malattie croniche oggi sono una percentuale crescente della popolazione dell'UE, è molto importante vivere l'età avanzata rimanendo attivi e sentendosi parte attiva della società, fare sport con altre persone è un buon modo per farlo, con un altro effetto positivo: riduzione dei costi sanitari.

Per rivolgersi al target delle persone anziane:

- verranno coinvolti i centri anziani e le associazioni che sostengono e trattano e le persone con malattie croniche e il Servizio sanitario locale;
- verranno creati dei gruppi di cammino per aiutare gli anziani e le persone con malattie croniche a prendersi cura della propria salute e socializzare. Al giorno d'oggi la solitudine è uno dei principali fattori di marginalità per gli anziani, l'attività fisica può essere utile per connettere le persone. I gruppi sono guidati da allenatori e istruttori di cammino, ogni allenatore avrà un "assistente volontario" formato ad un "walking leader" che può guidare i gruppi anche dopo la fine del progetto.

Le azioni saranno suddivise in 2 attività principali:

- Presentazione dei benefici derivanti dal praticare correttamente attività fisica (non eccedere o ridurre la quantità media di attività giornaliera suggerita per gli obiettivi identificati) inclusi esempi di buone pratiche. Gli oratori esperti nel campo della medicina sportiva parteciperanno alla riunione in qualità di oratori.
- Simulazione con la partecipazione attiva dei partecipanti e gruppi di cammino.

Tutti gli incontri, le azioni, gli scambi, gli eventi locali, saranno monitorati: le loro immagini, notizie, informazioni saranno caricate e pubblicate sul sito web specifico dedicato al progetto e sui social. Le informazioni raccolte saranno inoltre utili per la redazione del report conclusivo.



Palencia Nordic
Walking





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

b. M.E. 01 Multiplier sports event

L'evento sportivo/M.E.01 sarà organizzato in ITALIA dai partner P1 e P7 con l'obiettivo di presentare i risultati del progetto a un pubblico nazionale ed europeo composto da diversi partecipanti e rappresentanti.

Saranno presenti sportivi dilettanti e atleti stranieri scelti dai partner del progetto a livello locale in PT, EE, LV, ES, GR (inteso come rappresentanti di altri organismi, non personale interno). Ogni delegazione straniera sarà composta da 8 membri (sportivi, allenatori, atleti), per un totale di 40 partecipanti dall'estero.

Cittadini e pubblico saranno invitati a partecipare. Anche i rappresentanti delle istituzioni dell'UE e del governo italiano, le agenzie nazionali Erasmus, le associazioni sportive, saranno invitate a partecipare come saranno invitate personalità rilevanti nel campo dello sport e della salute.

L'evento si svolgerà nell'autunno 2020 nel territorio di Ceresole Reale, situato a circa 50 km a nord-ovest di Torino nella Val d'Orco, inserito nel Parco Nazionale del Gran Paradiso.

Presenterà un mix di attività indoor e outdoor:

1. Al mattino verrà fissata una conferenza stampa, alla presenza delle autorità e dei rappresentanti della Regione Piemonte. Sarà l'occasione per presentare i risultati intellettuali coperti dal progetto (soprattutto le linee guida) e i risultati fino a quando non si saranno realizzati.

2. Successivamente, sempre al mattino, verrà realizzato l'evento "Let's fit healthy life!". Sarà una camminata gratuita, con l'obiettivo di coinvolgere cittadini e pubblico in generale in una prospettiva di promozione della salute. La passeggiata si svolgerà nel contesto naturale di uno dei paesaggi più belli della Valle dell'Orco, che è caratterizzato da una grande diga, costruita nel 1925-1931 da A.E.M. (Autorità elettrica di Torino): questo ha formato il famoso Lago di Ceresole, che è la principale attrazione turistica lì. Il percorso a piedi è lungo Km 8 circa.

Il numero previsto di partecipanti è di almeno 400 persone. Indipendentemente però dalla cifra stimata si aspira a raggiungere la partecipazione di almeno 600 persone.

Questa fase (M.E.) include l'organizzazione dell'evento finale in tutti i dettagli: aspetti tecnici e organizzativi, come la definizione del luogo, inclusi aspetti di sicurezza, trasferimenti logistici, agenda, relatori, processo di invito e registrazione, materiali da distribuire, ecc.

La promozione verrà fatta utilizzando tutti i canali P1 e P7 sia online che offline; la notizia dell'evento sarà inviata ai potenziali partecipanti, l'invito ai principali stakeholder e beneficiari; documentazione dell'evento tramite foto e ultime notizie sugli strumenti turistici. L'evento sarà lanciato attraverso media, social, giornali, radio e TV a qualsiasi livello.

Il progetto vuole creare un modello di un evento moltiplicatore sportivo amatoriale che potrebbe essere adottato in altri paesi dell'UE.



Palencia Nordic
Walking



3. Analisi dei bisogni locali – Attività fisica e promozione dello sport

16

Prima di andare ad analizzare la situazione a livello locale nei paesi dei partner del progetto, è necessario precisare che i dati raccolti dai questionari (I.O. 01) non hanno valenza statistica, il numero di questionari raccolti è infatti il medesimo (almeno 30 per ogni partner) non tiene quindi conto ad esempio della popolazione e, per quanto distribuiti equamente tra genere e fasce di età, non rappresentano un campione sufficiente vario della popolazione.

Si inseriscono inoltre, in alcuni casi, in contesti „virtuosi”, realtà svantaggiate sotto alcuni aspetti (geografici o economici) che hanno però sviluppato forme di promozione dell'attività motoria sul territorio.

Sono quindi utili per fotografare la situazione, ma non per trarne dei dati dalla valenza scientifica o utilizzabili come modello Paese.

Lo strumento di indagine utilizzato è il questionario a risposte miste aperte e chiuse modulato in 14 domande relative alla pratica di attività fisica e dei servizi ad essa afferenti presenti sul territorio.

Il questionario è stato sottoposto ad un campione, identificativo ma che non ha valore statistico, di almeno 30 persone per ciascun Paese suddivise in maniera omogenea tra genere e fasce di età.

Le fasce di età prese in esame sono: meno di 18 anni – 19/30 anni – 31/45 anni – 46/60 anni – over 61 anni. Sono inoltre stati distribuiti in maniera omogenea in base ai livelli di istruzione (higher e upper secondary).

I questionari sono stati distribuiti dai partner sul loro territorio:

- P2 Latvia	Zemgale Planning Region	Jelgava	31
- P3 Portugal	Carvalhais Sport, Cultural and Social Ass.	Mirandela	37
- P5 Spain	Club Deportivo Nordic Walking Castilla y Leon	Palencia	33
- P6 Estonia	Municipality of Valga	Valga	30
- P7 Italy	ASD Scuola del Cammino Fitwalking	Valle Orco	30

Ciò premesso, è utile presentare la situazione della pratica di attività sportiva in Europa in quanto permette di comprendere al meglio i dati alla base della redazione del progetto ed il suo obiettivo.

I dati che verranno di seguito presentati sono tratti da *Special Eurobarometer 472 - December 2017 "Sport and physical activity" Report*¹¹. Questo rapporto presenta i risultati dell'indagine di opinione pubblica speciale di Eurobarometro sullo sport e l'attività fisica nei 28 Stati membri dell'UE, segue tre precedenti sondaggi dell'Eurobarometro su sport e attività fisica, condotti nel 2002, 2009 e 2013.

Il testo di riferimento è il *Libro Bianco sullo Sport*¹² pubblicato nel 2007 come primo testo in materia di sport, a questo è seguito nel 2009 l'introduzione di un articolo specifico (165 del TFUE) nel Trattato di Lisbona¹³ che contiene disposizioni per promuovere lo sport a livello europeo.

¹¹ Special Eurobarometer 472 - December 2017 "Sport and physical activity" Report - © European Union, 2017 - file:///C:/Users/Windows/Downloads/ebs_472_en.pdf

¹² White paper on sport - Brussels, 11.7.2007 COM(2007) 391 final
<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:52007DC0391&from=IT>

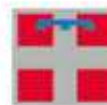
¹³ Treaty on European Union and the Treaty on the Functioning of the European Union - Signed on 13 December 2007 - Official Journal C 326 , 26/10/2012 P. 0001 – 0390
<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/HTML/?uri=CELEX:12012E/TXT&from=IT>



Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

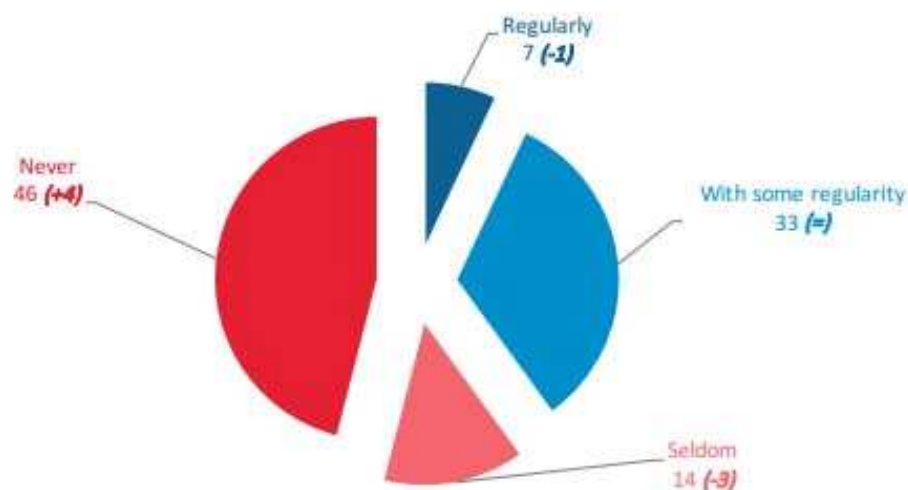
Nel 2011, la Commissione ha adottato una comunicazione dal titolo "Sviluppare la dimensione europea nello Sport"¹⁴ che prevede azioni specifiche riguardanti il ruolo sociale dello sport, la dimensione economica e l'organizzazione. Sulla base di tale comunicazione, il Consiglio ha adottato una risoluzione su un piano di lavoro dell'UE per lo sport 2011-2014, che ha ulteriormente rafforzato la cooperazione europea in materia di sport stabilendo le priorità per le attività a livello UE che coinvolgono gli Stati membri dell'UE e la Commissione.

Nel 2012 il Consiglio ha confermato l'importanza della promozione dell'attività fisica come strumento per migliorare la salute invitando la Commissione a pubblicare regolari sondaggi sull'attività fisica.

17

a. I dati sulla pratica sportiva in Europa

Q81 How often do you exercise or play sport?
(% - EU)



(Dec. 2017 - Nov.-Dec. 2013)

Base: All respondents (N=28,031)

La percentuale di europei che non pratica attività fisica o la pratica saltuariamente è alta: il 46% non pratica del tutto attività ed il 14% la pratica saltuariamente.

¹⁴ SOC/413 Developing the European Dimension in sport - Brussels, 26 October 2011

http://eose.org/wp-content/uploads/2014/03/opinion_eesc_communication_european_dimension_sport.pdf



Palencia Nordic
Walking





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

**REGIONE
PIEMONTE**

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

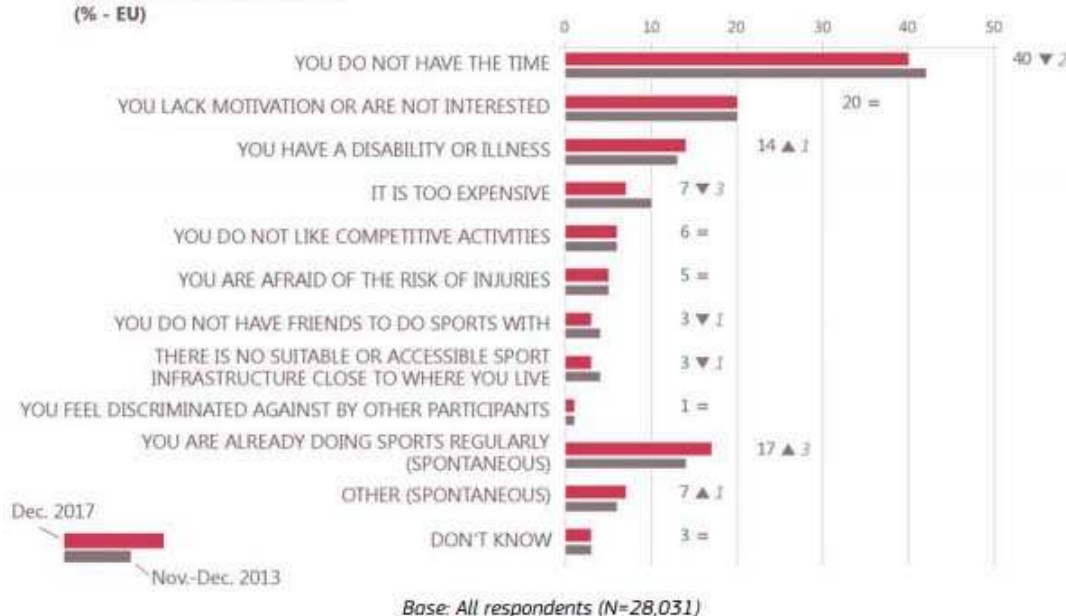
Il dato che emerge invece dai questionari raccolti è quello di una pratica sportiva costante o regolare (almeno 2 ore a settimana): oltre l'80% degli intervistati dichiara di praticare un'attività fisica¹⁵.

18

1) Do you practise sport or any physical Activity?				
YES		131	81,5%	
YES - A	All the time, at least 4 hours per week	49	30,50%	
YES - B	Regularly, at least 2 hours per week	48	30%	
YES - C	Occasionally, less than one hour per week	29	18%	
YES		5	3%	
NO		30	18,5%	
NO - A	I don't have time	13	8%	
NO - B	I don't want/like	13	8%	
NO - C	Practicing sport is too expensive	2	1,25%	
NO		2	1,25%	
161 Questionnaire				

I motivi invece per i quali non viene praticata l'attività fisica coincidono con quelli riscontrati dall'indagine europea, mancanza di tempo e mancanza di voglia/motivazione. Il fattore economico, ovvero il costo per praticare uno sport non sembra essere un fattore determinante.

QB9 What are the main reasons currently preventing you from practising sport more regularly?
(MULTIPLE ANSWERS POSSIBLE)
(% - EU)



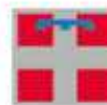
¹⁵ ANNEX 2 – TAB.2.1



Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

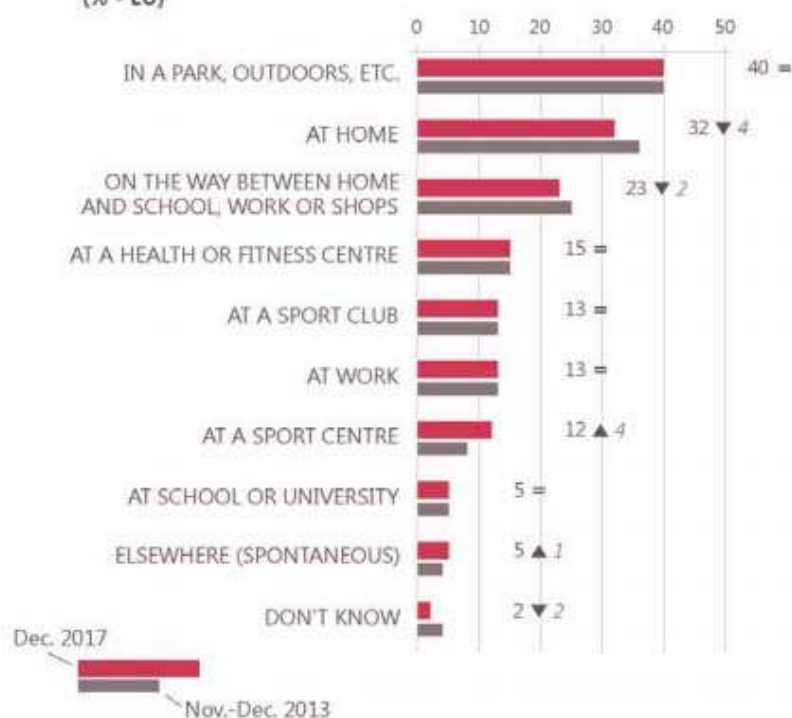
ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

Probabilmente anche perchè la pratica di attività viene prevalentemente svolta all'aperto, in contesti pubblici come parchi e aree verdi, a casa oppure percorrendo a piedi il tragitto casa/lavoro.

Come si evince dal grafico sotto riportato il 40% degli europei svolge attività all'aperto, il 32% a casa ed il 23% nel tragitto casa/scuola o casa/lavoro (il questionario era ovviamente a risposta multipla). Solo il 15% svolge l'attività in un centro fitness ed il 13% con una società sportiva, quindi meno del 30% svolge attività sportiva organizzata.

19

QB7 Earlier you said you engage in sport or another physical activity, vigorous or not. Where do you do this? (MULTIPLE ANSWERS POSSIBLE)
(% - EU)



Base: Respondents who exercise, play sport or engage in other physical activity (N= 19,982)



Palencia Nordic
Walking

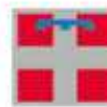




Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

Il dato è in linea con quanto raccolto dai nostri questionari più del 40% degli intervistati svolge attività fisica recandosi a piedi oppure in bicicletta al lavoro oppure a scuola. Il dato è un po' più alto della media europea per la natura delle aree in cui si svolge il progetto, sono infatti realtà medio-piccole non urbane in cui se si vive in paese ci si muove a piedi/bici mentre se si vive fuori della città è necessario utilizzare l'auto o i mezzi pubblici¹⁶.

20

12) How do you go to work/school?		
CAR	73	45,5%
FOOT	59	37%
PUBLIC TRANSPORT	13	8%
BIKE	7	4,4%
FOOT/CAR	5	3%
FOOT/BIKE	3	2
FOOT/CAR/BIKE	1	0,1
Questionnaire	161	

Le ragioni per le quali si pratica attività fisica sono legate principalmente alla salute: il 54% degli europei pratica infatti attività fisica per il proprio benessere, il 47% per migliorare la propria forma fisica ed il 38% per rilassarsi.

QB8 Why do you engage in sport or physical activity? (MULTIPLE ANSWERS POSSIBLE)
(% - EU)



Base: Respondents who exercise, play sport or engage in other physical activity (N= 19,982)

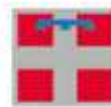
¹⁶ ANNEX 2 – TAB.2.12



Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



**REGIONE
PIEMONTE**

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

Anche in questo caso i dati sono in linea da quanto emerso dai questionari, la totalità degli intervistati ritiene sia utile per il benessere psico-fisico personale praticare attività fisica, ritenendo inoltre che lo sport e l'attività fisica siano le basi per uno stile di vita salutare¹⁷.

21

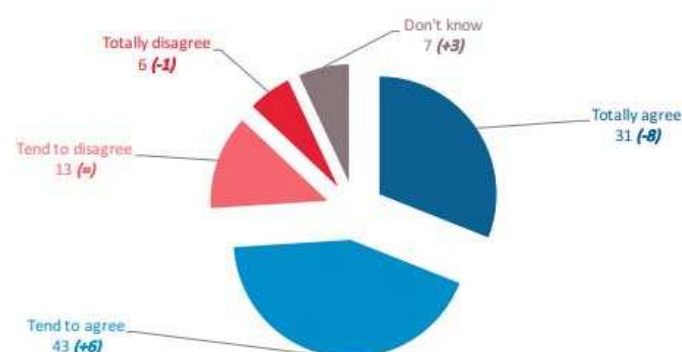
2) Do you think it's useful and advisable to play sport or do any physical activities for health and the own wellbeing?		
YES	160	99,9%
NO	1	0,1%
Questionnaire	161	

3) Do you think that in your region sport and physical activity are felt as the basis of a healthy lifestyle?		
YES	146	90,5%
NO	15	9,5%
Questionnaires	161	

In questo quadro si inserisce la promozione dell'attività fisica da parte delle autorità locali e le opportunità/strutture (facilities) presenti sul territorio. Il 74% degli europei (43% + 31%) ritiene che l'area in cui vivono offra delle opportunità per essere fisicamente attivo, solo il 19% (6% + 13%) ritiene che non offra opportunità.

QB11.1 To what extent do you agree or disagree with the following statements about sport and physical activity?

The area where you live offers you many opportunities to be physically active
(% - EU)



(Dec. 2017 - Nov.-Dec. 2013)

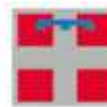
Base: All respondents (N=28,031)

¹⁷ ANNEX 2 – TAB. 2.2/2.3



Palencia Nordic
Walking





Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

Anche in questo caso il dato è in linea con quello dei questionari infatti la quasi totalità degli intervistati ritiene che sul suo territorio siano presenti degli spazi per praticare sport e che i servizi pubblici siano sufficienti¹⁸.

22

4) In your region are there any spaces to practice sport and physical activity (parks, walking and cycle path, free sports facilities, ...)?

YES	154	95,7%
-----	-----	-------

NO	7	4,3%
----	---	------

161 Questionnaire

5) Do you think that in your region the public services are sufficient?

Such as public schools, public hospital and medical center, free aggregation spaces, sport facilities, public transport

YES	130	81%
-----	-----	-----

NO	31	19%
----	----	-----

Questionnaires 161

Tale aspetto che si ripercuote anche sul livello di qualità di vita percepito. Il 60% degli intervistati ritiene che il suo livello di qualità di vita sia eccellente o buono, il 33% normale, e solo il 4% scarso¹⁹.

6) How would you define the quality of live level in your region?

EXCELLENT	22	13,7%
-----------	----	-------

GOOD	78	48,5%
------	----	-------

NORMAL	54	33,5%
--------	----	-------

POOR	7	4,30%
------	---	-------

BAD	0	0%
-----	---	----

Questionnaires 161

A livello di promozione da parte delle amministrazioni locali, il dato è interessante perchè il 49% degli Europei ritiene che facciano abbastanza, mentre il 39% ritiene che l'impegno non sia sufficiente, il 12% non sa.

¹⁸ ANNEX 2 – TAB. 2.4/2.5

¹⁹ ANNEX 2 – TAB. 2.6



Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

**REGIONE
PIEMONTE**

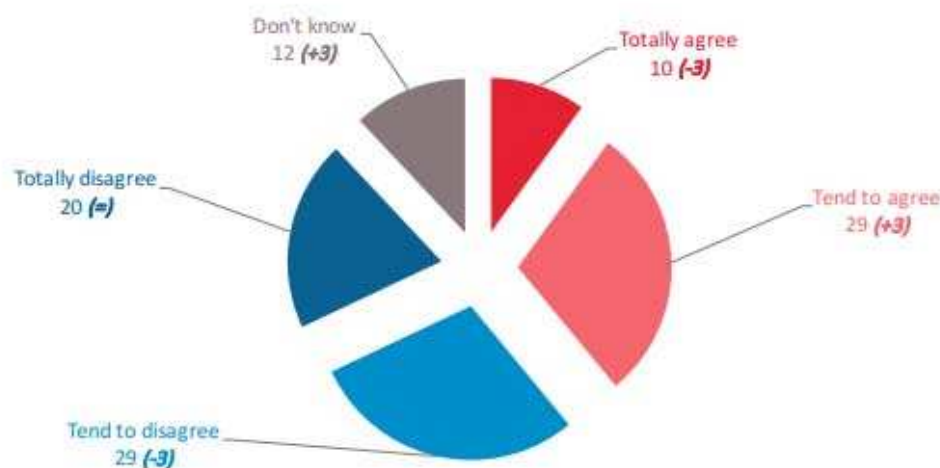
Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

Dalla verifica dei nostri questionari emerge invece invece un dato diverso: il 48%, non sa se sul suo territorio vengano proposte iniziative per favorire la pratica di attività fisica, il 44% indica che vengono proposte delle azioni specificando le iniziative (gruppi di cammino e corsi a prezzi scontati/agevolati).

Per quanto riguarda la promozione di uno stile di vita attivo, è riconosciuta come presente in più dell'80% dei questionari analizzati, attraverso campagne promozionali sui media locali e sui social network e attraverso la proposta di iniziative per agevolare l'accesso allo sport (corsi gratuiti o scontati, creazione di piste ciclo-pedonali, ...).

QB11.3 To what extent do you agree or disagree with the following statements about sport and physical activity?
Your local authority does not do enough for its citizens in relation to physical activities (% - EU)



(Dec. 2017 - Nov.-Dec. 2013)

Base: All respondents (N=28,031)

Questo è un quadro generale che fotografa la situazione della pratica di attività fisica in Europa. Analizziamo adesso lo stato dell'arte nei paesi partner del progetto, comparando i dati raccolti nel "Physical activity country factsheets (2018)" e quelli presenti invece nei questionari che ogni partner ha sottoposto ad almeno 30 persone equamente suddivise tra genere e fascia di età.

Come già premesso, l'indagine attraverso i questionari non ha la pretesa di avere valore statistico, il campione è ovviamente troppo ridotto, ma aiuta in ogni caso a comprendere qual è la situazione della pratica di attività fisica e della sua promozione sui territori coinvolti nel progetto.



Palencia Nordic
Walking





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

b. Dati sulla pratica sportiva nei paesi partner

i. P2 – Lettonia

24

Nel 2013, la Lettonia ha istituito la rete nazionale dei “Comuni della salute” come parte della rete di “Città della salute” dell'OMS alla quale hanno aderito un totale di 112 Comuni, che rappresentano il 94% di tutti i Comuni della Lettonia. Ogni anno, le informazioni sulla promozione della salute sono raccolte attraverso la rete e vengono pubblicate in un rapporto annuale completo. Inoltre, i Comuni in questa rete condividono le migliori pratiche, ad esempio visitando altri Comuni per scambiare esperienze. Tali attività aumentano lo scambio di eventi organizzati a livello regionale.

Il Centro per la prevenzione e il controllo delle malattie, con il Ministero della Salute, organizza seminari annuali di rafforzamento delle capacità per i coordinatori della rete per discutere di questioni relative alla promozione della salute e alla prevenzione delle malattie, compresa l'attività fisica. Questo è un buon esempio di collaborazione tra le municipalità ed il governo per promuovere l'attività fisica.

La Lettonia è attenta e all'avanguardia anche nella promozione della prescrizione di esercizio fisico, nel 2014 è stato istituito uno specifico programma dal centro di medicina sportiva statale, dove è stato sviluppato un corso di formazione per medici generici per garantire che possano prescrivere attività fisica per la prevenzione primaria e secondaria. Le linee guida sono state preparate per prescrivere l'attività fisica a gruppi di pazienti specifici, come quelli con malattie cardiovascolari, diabete, cancro, malattie polmonari, osteoartrite, osteoporosi o sarcopenia, anche per gruppi specifici, come i bambini piccoli, donne incinte e anziani.²⁰

Queste politiche di monitoraggio e promozione dell'attività fisica hanno ovviamente effetti sui livelli di pratica dell'attività; dal questionario sottoposto emerge che solo 6 persone su 31 intervistate non pratica attività fisica, che tutte le persone interessate ritengono sia utile per la salute ed il benessere praticare un'attività fisica (Domanda 2 – 1 no e 30 si)²¹ e che la stessa sia la base di uno stile di vita salutare (Domanda 3 - 6 no e 25 si)²².

La totalità degli intervistati ritiene che sul territorio siano presenti spazi per praticare sport (parchi, piste ciclabili, ...) (Domanda 4)²³, che i servizi pubblici siano sufficienti (Domanda 5 - 1 no e 30 si)²⁴ e che le autorità locali supportino la promozione della pratica di attività fisica (Domanda 8 - 4 no e 27 si)²⁵. Tutti gli intervistati ritengono che lo sport sia uno strumento di inclusione sociale (Domanda 10)²⁶.

Altro dato che sottolinea l'efficacia delle azioni svolte nell'ambito della promozione dell'attività fisica è il numero di intervistati che indicano la proposta di iniziative per incentivare la pratica sportiva sul luogo di lavoro (Domanda 13 – 10 no e 21 si)²⁷.

²⁰ ANNEX 3 – TAB. 3.1.1/2/3/4

²¹ ANNEX 2 – TAB. 2.2

²² ANNEX 2 – TAB. 2.3

²³ ANNEX 2 – TAB. 2.4

²⁴ ANNEX 2 – TAB. 2.5

²⁵ ANNEX 2 – TAB. 2.8

²⁶ ANNEX 2 – TAB. 2.10

²⁷ ANNEX 2 – TAB. 2.13





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

ii. P3 – Portugal

Dal 2012 il "National Sport for all programme ", coordinato dall'Istituto nazionale di sport e gioventù e con la partecipazione delle organizzazioni sportive ha promosso lo sport per l'intera popolazione nazionali.

Nel 2017 il governo portoghese ha deciso di creare la Commissione intersettoriale per la promozione dell'attività fisica come meccanismo di coordinamento e leadership nella promozione della salute e dell'attività fisica, coinvolgendo quattro ministeri: scienza, tecnologia e istruzione superiore, istruzione (compreso lo sport), lavoro, solidarietà e sicurezza sociale (compresa l'inclusione delle persone con disabilità) e salute. Nel 2018 la Commissione ha lanciato un piano nazionale per l'attività fisica con iniziative, a livello nazionale, di promozione dell'attività fisica e della riduzione della sedentarietà in nove aree chiave: salute, sport, educazione per tutto il ciclo di vita, sorveglianza e monitoraggio, comunicazione e informazione, lavoro e imprese, comunità e società civile, ambiente edificato e mobilità attiva e gruppi speciali²⁸.

Queste politiche, seppur recenti, di promozione dell'attività sportiva trovano riscontro nei questionari somministrati, solo 3 persone hanno risposto che non praticano attività fisica (Domanda 1)²⁹, tutte ritengono sia utile praticare sport, e la quasi totalità (Domanda 3)³⁰ ritiene che lo sport sia la base di uno stile di vita salutare.

Sul versante dei servizi il quadro cambia, più del 50% ritiene che i servizi non siano sufficienti (Domanda 5 - 21 no e 16 si)³¹ e che le autorità locali non supportino a sufficienza la promozione dell'attività fisica (Domanda 8 - 16 no e 21 si)³², infatti 17 persone su 37 non sanno se sono organizzate iniziative per promuovere lo sport tra gli anziani e le persone con una malattia cronica (Domanda 11)³³.

Sul luogo di lavoro in prevalenza non vengono proposte iniziative per la promozione dell'attività fisica (Domanda 13- 21 no – 10 si e 4 non hanno risposto)³⁴.

²⁸ ANNEX 3 – TAB. 3.2.1/2/3/4

²⁹ ANNEX 2 – TAB. 2.1

³⁰ ANNEX 2 – TAB. 2.3

³¹ ANNEX 2 – TAB. 2.5

³² ANNEX 2 – TAB. 2.8

³³ ANNEX 2 – TAB. 2.11

³⁴ ANNEX 2 – TAB. 2.13



Palencia Nordic
Walking





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

iii. P5 – Spagna

Nel 2015, la Spagna ha istituito un gruppo di lavoro dedicato alla promozione dell'attività fisica come mezzo per migliorare la salute, guidato dall'Agenzia spagnola per la protezione della salute nello Sport, per coordinare la promozione dell'attività fisica.

La "Strategia per la promozione dell'attività fisica e la lotta contro il sedentarismo" (Estrategia de Fomento de l'Actividad Físico-Deportiva y Lucha Contra el Sedentarismo) è condotta dall'Alto Consiglio dello Sport e viene esteso a livello nazionale, sebbene ciascuna delle 17 le comunità autonome abbiano una propria strategia³⁵.

Dai questionari la realtà spagnola è piuttosto positiva: solo 3 persone su 33 non pratica attività fisica (Domanda 1)³⁶, per la totalità degli intervistati sono presenti spazi per la pratica di attività fisica/sport (Domanda 4)³⁷, solo 4 persone su 33 ritiene che i servizi non siano sufficienti (Domanda 5)³⁸ e ben 11 persone su 33 ritiene che la qualità di vita sia eccellente (Domanda 6)³⁹. La quasi totalità degli intervistati sostiene che le autorità locali promuovano la pratica di attività fisica (Domanda 8- 3 no e 30 si)⁴⁰.

Sul luogo di lavoro la maggior parte degli intervistati non beneficia di iniziative di promozione dell'attività sportiva (Domanda 13 - 13 si e 20 no)⁴¹.

³⁵ ANNEX 3 – TAB. 3.3.1/2/3/4

³⁶ ANNEX 2 – TAB. 2.1

³⁷ ANNEX 2 – TAB. 2.4

³⁸ ANNEX 2 – TAB. 2.5

³⁹ ANNEX 2 – TAB. 2.6

⁴⁰ ANNEX 2 – TAB. 2.8

⁴¹ ANNEX 2 – TAB. 2.13



Palencia Nordic
Walking



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*
ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

iv. P6 – Estonia

Uno degli obiettivi del “Piano di sviluppo dello sport” è di riorientare l'educazione fisica al sviluppo delle abitudini della pratica di attività fisica nel corso della vita e allo sviluppo della motivazione per l'attività quotidiana. Precedentemente l'educazione fisica era incentrata sullo sport; ora si concentra sullo sviluppo dell'alfabetizzazione motoria.

Le scuole sono obbligate a fornire le ore obbligatorie, ma alcune scuole includono ore aggiuntive nel piano di studi. La qualità dell'istruzione fisica è monitorata qualitativamente e quantitativamente basandosi sulle opinioni degli insegnanti di educazione fisica, sull'ambiente fisico e sulla motivazione degli studenti⁴².

Grande attenzione è stata quindi prestata al mondo della scuola, questo ha prodotto buoni livelli di pratica dell'attività fisica infatti solo 9 intervistati su 30 sostengono di non praticare attività fisica (Domanda 1)⁴³, consapevolezza sui benefici della pratica sportiva (Domanda 2 e Domanda 3)⁴⁴ e soddisfazione per i servizi presenti (Domanda 4 e Domanda 5)⁴⁵. Nonostante la soddisfazione per i servizi presenti, la qualità di vita percepita è più bassa rispetto agli altri Paesi (Domanda 6- 1 eccellente – 10 buono – 12 normale – 7 scarso)⁴⁶.

Tutti gli intervistati sostengono che le autorità locali facciano promozione dell'attività fisica (Domanda 8)⁴⁷ anche se 18 persone su 30 non sanno se vengono fatte delle iniziative per promuovere lo sport tra gli anziani ed i malati cronici (Domanda 11)⁴⁸.

Anche per l'Estonia non è così presente la promozione dell'attività fisica sul luogo di lavoro: solo 14 persone beneficiano di iniziative in questo senso (Domanda 13)⁴⁹.

⁴² ANNEX 3 – TAB. 3.4.1/2/3/4

⁴³ ANNEX 2 – TAB. 2.1

⁴⁴ ANNEX 2 – TAB. 2.2/3

⁴⁵ ANNEX 2 – TAB. 2.4/5

⁴⁶ ANNEX 2 – TAB. 2.6

⁴⁷ ANNEX 2 – TAB. 2.8

⁴⁸ ANNEX 2 – TAB. 2.11

⁴⁹ ANNEX 2 – TAB. 2.13



Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

v. P1/P7 – Italy

I livelli di attività fisica sono monitorati continuamente attraverso i sistemi di sorveglianza nazionali, promossi dal Ministero della Salute e guidati dall'Istituto Superiore di Sanità: "Okkio alla salute" (Child Obesity Surveillance Initiative) raccoglie i dati su bambini di età compresa tra 8 e 9 anni; il rapporto "The Health Behaviour in School-aged Children" raccoglie dati su adolescenti di 11, 13 e 15 anni; "Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia" raccoglie dati su adulti di età compresa tra 18 e 69 anni. Ulteriori dati sono raccolti dall'Istituto nazionale di statistica.

La promozione dell'attività fisica è un obiettivo chiave del programma nazionale "Guadagnare salute: fare più facilmente scelte salutari" e del Piano Nazionale di Prevenzione. Il programma "Guadagnare salute" è un'iniziativa del governo, adottata nel 2007 e guidata dal Ministero della Salute, che è allineata con l'approccio di promozione "salute in tutte le politiche" mirato alla prevenzione della malattie croniche non trasmissibili.

Il Piano Nazionale di Prevenzione 2014-2019 comprende la promozione dell'attività fisica con un taglio trasversale, con un approccio life-cycle in diversi contesti, come scuole, luoghi di lavoro, ospedali e strutture di cura. Tutte le regioni stanno sviluppando interventi strutturati e coordinati per aumentare l'attività fisica tra i giovani e gli adulti del 30% e tra gli anziani del 15%.

Un altro obiettivo è quello di sviluppare la cultura di uno stile di vita attivo per l'intera popolazione e, in particolare, i giovani, i gruppi socialmente svantaggiati e gli anziani fragili⁵⁰.

Si inseriscono in questo quadro i dati emersi dai questionari, 9 persone su 30 non praticano nessuna attività fisica (Domanda 1)⁵¹, tutti ritengono però sia consigliabile praticare sport e che l'attività fisica sia la base per uno stile di vita sano (Domanda 2 e Domanda 3)⁵².

La qualità di vita è percepita come buona (Domanda 6 - 2 eccellente – 21 buona e 7 normale)⁵³.

11 intervistati sostengono che le autorità locali non supportino la promozione dell'attività fisica (Domanda 8)⁵⁴ e sempre 11 persone non sanno se sono proposte iniziative di promozione dello sport per gli anziani ed i malati cronici (Domanda 11 - 11 non lo so – 3 no – 16 sì)⁵⁵.

L'uso dell'auto per gli spostamenti casa/lavoro-scuola è prevalente (Domanda 12- 16 auto – 6 a piedi – 4 mezzi pubblici – 5 bicicletta)⁵⁶. Anche in questo caso sul luogo di lavoro non vengono proposte iniziative per la promozione dell'attività fisica (Domanda 13- 15 no – 7 sì – 8 non hanno risposto)⁵⁷.

⁵⁰ ANNEX 3 – TAB. 3.5.1/2/3/4

⁵¹ ANNEX 2 – TAB. 2.1

⁵² ANNEX – TAB. 2.2/3

⁵³ ANNEX 2 – TAB. 2.6

⁵⁴ ANNEX 2 – TAB. 2.8

⁵⁵ ANNEX 2 – TAB. 2.11

⁵⁶ ANNEX 2 – TAB. 2.12

⁵⁷ ANNEX 2 – TAB. 2.13



Palencia Nordic
Walking





4. Conclusions

Il confronto tra la situazione generale in Europa e la situazione nei territori coinvolti da *"Let's fit healthy life! Il ruolo dello sport nella rigenerazione delle aree svantaggiate"*, sottolinea che è stato fatto molto, ma resta ancora molto da fare per la promozione della salute. Infatti, in alcuni paesi, come l'Italia, persistono alti livelli di inattività.

Le persone intervistate credono che sia essenziale per mantenere uno stile di vita sano la pratica di attività fisica. L'attività fisica è quindi percepita come la base di uno stile di vita sano.

È chiaro quindi che è importante continuare e aumentare le politiche per promuovere lo sport e l'attività fisica, sensibilizzando un numero maggiore di gruppi di cittadini. Attività rivolte agli studenti sono state fatte nelle scuole, in Paesi europei come Portogallo, Spagna ed Estonia. Le loro politiche divulgative e promozionali per le scuole sono incentrate sull'incoraggiamento dell'adozione di stili di vita corretti in una prospettiva a lungo termine.

Si evidenziano delle difficoltà nel raggiungere i gruppi target: le azioni e le politiche dei partner per promuovere l'attività fisica e lo sport tendono a non raggiungere alcuni target specifici come gli anziani e le persone con malattie croniche. È quindi fondamentale pianificare azioni più efficaci per coinvolgerle in modo diretto e attivo, innescando un meccanismo virtuoso di "contaminazione".

Il progetto prevede - durante la seconda fase I.O2 - iniziative specifiche per promuovere i suoi obiettivi e la diffusione del Fitwalking.

Al fine di perseguire e raggiungere questo obiettivo, il progetto *"Let's fit healthy life"* propone una serie di azioni distribuite in tempi e livelli diversi; c'è la necessità di intercettare il maggior numero di persone indirizzate ai gruppi target del progetto E+: giovani, anziani e persone con malattie croniche. Le attività per i giovani saranno quindi concentrate durante il periodo scolastico, mentre quelle per gli anziani e le persone con malattie croniche saranno programmate per l'intera durata di I.O2.

Considerando ciò che emerge dai dati analizzati e dalle informazioni fornite dai questionari compilati, si raccomanda di:

- concentrarsi sulle azioni di disseminazione e diffusione sulla pratica dello sport e dell'attività fisica al fine di migliorare la salute e il benessere dei giovani e degli anziani;
- proporre attività che dovrebbero raggiungere direttamente gli obiettivi identificati;
- proporre azioni / attività che dovrebbero coinvolgere attivamente gli obiettivi identificati come eventi di cammino, gruppi di cammino, ...
- coinvolgere e sensibilizzare gli stakeholder locali (amministrazioni locali, sanità pubblica, scuole, associazioni locali, associazioni sportive, ...) in ogni evento programmato.

"Let's fit healthy life" vuole avere un forte impatto sociale, attraverso le azioni che verranno proposte nelle aree coinvolte, migliorare gli stili di vita delle persone e raggiungere i seguenti obiettivi:

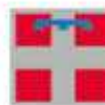
- sviluppare l'attività fisica in aree private come "strumento sociale" per l'inclusione e una migliore qualità della vita;
- responsabilizzare gruppi più vulnerabili, come i bambini e gli anziani, con l'obiettivo di risparmiare costi sociali e sanitari;
- aumentare la consapevolezza di quanto sia semplice adottare uno stile di vita sportivo/attivo con poche risorse;
- aiutare le persone a trascorrere bene il proprio tempo libero, puntando sulla qualità.



Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

“Let's fit healthy life!” coinvolge, in modo sistematico, non solo le persone, anche i territori. Grazie al progetto, nelle aree svantaggiate interessate si vogliono migliorare i servizi, non solo quelli legati allo sport come gli impianti sportivi o le piste ciclabili e pedonali, ma anche i servizi sociali e sanitari.

30

A livello locale il progetto ha i seguenti obiettivi:

- migliorare la visibilità delle aree svantaggiate a livello nazionale ed europeo;
- contribuire alla rigenerazione ambientale delle aree svantaggiate che implementano spazi per l'attività fisica;
- sostenere l'organizzazione di nuovi eventi sportivi rivolti a tutta la popolazione che può essere un'occasione turistica;
- diffondere una nuova attività fisica (fitwalking).



Palencia Nordic
Walking



ANNEXES

31

ANNEX 1 - Programma Erasmus Plus

Erasmus + - Programme Guide –versione 2 rettifica del 15/01/2019

https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/resources/documents/erasmus-programme-guide-2019_en

Erasmus+ è il programma dell'Unione europea nei settori dell'istruzione, della formazione, della gioventù e dello sport per il periodo 2014-2020. L'istruzione, la formazione, la gioventù e lo sport possono contribuire in modo determinante ad affrontare i cambiamenti socioeconomici e le sfide chiave con cui l'Europa si confronterà fino alla fine del decennio e a sostenere l'attuazione dell'agenda politica europea per la crescita, l'occupazione, l'equità e l'inclusione sociale.

Combattere gli elevati livelli di disoccupazione, specialmente tra i giovani, è uno degli obiettivi più urgenti per i governi europei. Troppi giovani abbandonano la scuola senza conseguire un diploma, esponendosi seriamente al rischio della disoccupazione e dell'emarginazione sociale, proprio come molti adulti poco qualificati. Le tecnologie cambiano il modo di operare della società e occorre garantire che siano utilizzate nel migliore dei modi. Le imprese dell'Unione europea devono diventare più competitive attraverso il talento e l'innovazione.

L'Europa ha bisogno di società più inclusive e coese, nelle quali i cittadini possano partecipare attivamente alla vita democratica. L'istruzione, la formazione, l'animazione socioeducativa e lo sport sono elementi chiave per promuovere valori europei comuni, incentivare l'integrazione sociale, favorire la comprensione interculturale e il senso di appartenenza ad una comunità e prevenire la radicalizzazione violenta. Erasmus+ rappresenta uno strumento efficace per promuovere l'inclusione delle persone provenienti da ambienti svantaggiati, tra cui i migranti appena arrivati.

Un'altra sfida è quella collegata allo sviluppo del capitale sociale fra i giovani, all'emancipazione dei giovani e alla loro capacità di partecipare attivamente alla società, in linea con le disposizioni del trattato di Lisbona finalizzate a "incoraggiare la partecipazione dei giovani alla vita democratica dell'Europa". Questa questione può essere affrontata anche con attività di apprendimento non formale, finalizzate allo sviluppo delle capacità e delle competenze dei giovani e della loro cittadinanza attiva. Inoltre, è necessario offrire opportunità di formazione e cooperazione alle organizzazioni e agli animatori giovanili, in modo da sviluppare la loro professionalità e la dimensione europea dell'animazione socioeducativa.

Sistemi d'istruzione e formazione e politiche per la gioventù efficienti forniscono ai cittadini le competenze richieste dal mercato del lavoro e dall'economia, consentendo loro al tempo stesso di svolgere un ruolo attivo nella società e di realizzarsi a livello personale. Le riforme nel settore dell'istruzione, della formazione e della gioventù possono consolidare i progressi verso il raggiungimento di questi obiettivi sulla base di una visione condivisa tra decisori politici e soggetti interessati, di dati accurati e della cooperazione tra ambiti e livelli diversi.

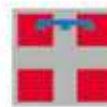
Il Programma Erasmus+ è concepito per sostenere i paesi aderenti al Programma nei loro sforzi per un uso efficiente del talento e del capitale sociale dell'Europa in una prospettiva di apprendimento permanente, mettendo in relazione il sostegno all'apprendimento formale, non formale e informale



Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

nei settori dell'istruzione, della formazione e della gioventù. Il Programma rafforza inoltre le opportunità per la cooperazione e la mobilità con i paesi partner, in particolare nei settori dell'istruzione superiore e della gioventù.

In linea con uno dei nuovi elementi introdotti nel trattato di Lisbona, il programma Erasmus+ finanzia attività intese allo sviluppo della dimensione europea dello sport promuovendo la cooperazione tra gli organismi responsabili in questo ambito. Il Programma promuove la creazione e lo sviluppo di reti europee, creando opportunità di cooperazione tra i soggetti interessati e di scambio e trasferimento delle conoscenze e del know-how in diverse aree relative allo sport e all'attività fisica. Questa cooperazione rafforzata avrà effetti positivi soprattutto nello sviluppo del potenziale del capitale umano europeo, riducendo i costi sociali ed economici dell'inattività fisica.

Il Programma sostiene azioni, attività di cooperazione e strumenti coerenti con gli obiettivi della strategia Europa 2020 e le sue iniziative faro, come Youth on the Move (Gioventù in movimento) e l'agenda per nuove competenze e per l'occupazione. Il Programma contribuisce inoltre a raggiungere gli obiettivi stabiliti dal quadro strategico per la cooperazione europea nei settori dell'istruzione e della formazione e dalla strategia europea per la gioventù mediante i metodi aperti di coordinamento.

Questo investimento in conoscenza, abilità e competenze apporterà benefici ai singoli, alle istituzioni, alle organizzazioni e alla società nel suo complesso contribuendo alla crescita e garantendo l'equità, la prosperità e l'inclusione sociale in Europa e in altri paesi.

Action Sport

Le azioni nel settore dello sport sosterranno:

- partenariati di collaborazione, allo scopo di promuovere l'integrità dello sport (misure di contrasto al doping, alle partite truccate, protezione di minori), sostenere approcci innovativi per l'attuazione dei principi dell'UE sulla buona governance nello sport, delle strategie dell'UE nelle aree dell'inclusione sociale e delle pari opportunità, **incoraggiare la partecipazione allo sport e l'attività fisica** (sostenendo l'attuazione degli orientamenti dell'UE in materia di attività fisica, il volontariato, l'occupazione nel settore dello sport, nonché l'istruzione e la formazione in ambito sportivo) e sostenere l'attuazione degli orientamenti dell'UE sulla duplice carriera degli atleti. **Questi partenariati includono anche piccole partnership collaborative (Small Cooperative Partnerships, SCP), tese a favorire l'inclusione sociale e le pari opportunità nello sport**, promuovere sport e giochi europei tradizionali, sostenere la mobilità di volontari, allenatori, dirigenti e personale delle organizzazioni sportive senza scopo di lucro e proteggere gli atleti, soprattutto i più giovani, dai rischi per la salute e la sicurezza migliorando le condizioni in cui si svolgono gli allenamenti e le competizioni.
- eventi sportivi europei senza scopo di lucro, concedendo sovvenzioni alle organizzazioni individuali che devono preparare, organizzare e dare seguito a un certo evento. Le attività coinvolte includeranno l'organizzazione delle attività di formazione per gli atleti e i volontari nel periodo che precede l'evento, le cerimonie di apertura e di chiusura, le competizioni, le attività collaterali all'evento sportivo (conferenze, seminari), nonché l'attuazione delle attività rimanenti, come le valutazioni o il follow-up;
- **rafforzamento della base di conoscenze comprovate per la definizione di politiche attraverso studi, raccolta di dati, sondaggi, reti, conferenze e seminari che diffondono le**



Palencia Nordic
Walking





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

buone pratiche provenienti dai paesi aderenti al Programma e dalle organizzazioni sportive e rinforzano le reti a livello dell'UE in modo che i membri nazionali di quelle reti beneficino delle sinergie e degli scambi con i loro partner;

- dialogo con le parti interessate europee, principalmente il Forum annuale dell'UE sullo sport e il sostegno alle iniziative della presidenza riguardanti lo sport organizzate dagli Stati membri dell'UE che esercitano il semestre di presidenza dell'UE. Per assicurare un dialogo ottimale con le parti interessate nel settore dello sport, a seconda dei casi possono essere organizzate altre riunioni e seminari ad hoc pertinenti.

Si prevede che le azioni nel settore dello sport portino allo sviluppo della dimensione europea in ambito sportivo attraverso la generazione, condivisione e diffusione di esperienze e conoscenze relativamente a diverse questioni inerenti lo sport a livello europeo.

In ultima analisi, i progetti nell'ambito dello sport sostenuti da Erasmus+ devono condurre all'aumento dei livelli di partecipazione allo sport, alle attività fisiche e al volontariato. Più specificatamente, i risultati attesi sono i seguenti:

- **aumento della conoscenza e della consapevolezza relativamente allo sport e all'attività fisica nei paesi aderenti al Programma;**
- **aumento della consapevolezza relativamente al ruolo dello sport in termini di promozione dell'inclusione sociale, delle pari opportunità e dell'attività fisica a vantaggio della salute;**
- **rafforzamento della cooperazione tra istituti e organizzazioni attive nel settore dello sport e dell'attività fisica;**
- **migliore partecipazione delle organizzazioni sportive e di altre organizzazioni pertinenti provenienti da vari paesi aderenti al Programma alle reti avanzate;**
- **migliore condivisione delle buone pratiche.**



Palencia Nordic
Walking





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



**REGIONE
PIEMONTE**

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

ANNEX 2 - I.O. 01 – Questionario

TAB. 2.1

1) Pratici sport o attività fisica?

		COUNTRY	AGE	GENDER	EDUCATIONAL LEVEL	JOB
1	NO - A - B	Estonia	19 - 30	M	basic education	builder
2	NO - A - C	Estonia	over 61	M	basic education	driver
3	NO - B	Estonia	under 18	M	basic education	student
4	NO - B	Estonia	19 - 30	F	basic education	customer service
5	NO - B	Estonia	over 61	F	upper secondary edu.	specialist
6	NO - B	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
7	NO - B - C	Estonia	over 61	F	basic education	
8	NO - C	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	postman
9	NO - C	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
10	YES - A	Estonia	19 - 30	F	higher education	project manager
11	YES - A	Estonia	19 - 30	M	higher education	land manager
12	YES - A	Estonia	31 - 45	M	upper secondary edu.	impiegato
13	YES - A	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	specialist
14	YES - A	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
15	YES - B	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	mechanic
16	YES - B	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
17	YES - B	Estonia	31 - 45	f	upper secondary edu.	entrepreneur
18	YES - B	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	librarian
19	YES - B	Estonia	19 - 30	F	higher education	teacher
20	YES - B	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
21	YES - B	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	civil service
22	YES - C	Estonia	under 18	M	basic education	student
23	YES - C	Estonia	under 18	F	basic education	student
24	YES - C	Estonia	under 18	M	basic education	student
25	YES - C	Estonia	under 18	M	basic education	student
26	YES - C	Estonia	under 18	F	basic education	student
27	YES - C	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	seller
28	YES - C	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	baker
29	YES - C	Estonia	over 61	F	basic education	retired
30	YES - A	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	official
31	NO	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
32	NO - A	Italy	31 - 45	M	upper secondary edu.	artisan
33	NO - A	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	cashier
34	NO - A	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	employee
35	NO - B	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
36	NO - B	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
37	NO - B	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
38	NO - B	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
39	NO - B	Italy	19 - 30	F	lower secondary edu.	student
40	YES - A	Italy	19 - 30	F	higher education	midwife
41	YES - A	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	worker
42	YES - B	Italy	19 - 30	f	higher education	lawyer
43	YES - B	Italy	19 - 30	M	higher education	architect
44	YES - B	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	warehouse worker
45	YES - B	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
46	YES - B	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
47	YES - B	Italy	under 18	N	lower secondary edu.	student
48	YES - B	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
49	YES - B	Italy	31 - 46	F	upper secondary edu.	employee
50	YES - B	Italy	46 - 60	F	higher education	employee



Palencia Nordic
Walking



Let's fit healthy life! The role of sport in regenerating deprived areas

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

51	YES - B	Italy	31 - 45	F	higher education	teacher
52	YES - C	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
53	YES - C	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	bartender
54	YES - C	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	employee
55	YES - C	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
56	YES - C	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	shop assistant
57	YES - C	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
58	YES - C	Italy	over 61	M	lower secondary edu.	retired (ex worker)
59	YES - C	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	housewife
60	YES - C	Italy	19 - 30	F	higher education	employee
61	NO - A	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	expert
62	NO - A	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
63	NO - A	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
64	NO - A - C	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
65	NO - A - C	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
66	NO - A	Latvia	19 - 30	F	higher education	shop assistant
67	YES - A	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
68	YES - A	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
69	YES - A	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
70	YES - A	Latvia	46 - 60	M	higher education	lawyer
71	YES - A	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	trainer, sport judge
72	YES - A	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
73	YES - A	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
74	YES - A	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
75	YES - B	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	entrepreneur
76	YES - B	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
77	YES - B	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
78	YES - B	Latvia	19 - 30	M	higher education	entrepreneur
79	YES - B	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
80	YES - B	Latvia	19 - 30	F	higher education	
81	YES - B	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
82	YES - B	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	public transport expert
83	YES - B	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
84	YES - B	Latvia	19 - 30	M	higher education	project manager
85	YES - C	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
86	YES - C	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
87	YES - C	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
88	YES - C	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
89	YES - C	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
90	YES - C	Latvia	under 18	M	upper secondary edu.	student
91	YES - C	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
92	YES - A	Poland	19 - 30	f	upper secondary edu.	teacher
93	NO - A	Portogallo	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
94	NO - A	Portogallo	19 - 30	F	higher education	
95	NO - B	Portogallo	31 - 45	M	higher education	professor
96	YES	Portogallo	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
97	YES	Portogallo	31 - 45	M	upper secondary edu.	secure force
98	YES	Portogallo	31 - 45	f	basic education	cleaning lady
99	YES	Portogallo	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
100	YES - A	Portogallo	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
101	YES - A	Portogallo	31 - 45	F	higher education	teacher
102	YES - A	Portogallo	over 61	F	upper secondary edu.	retired
103	YES - A	Portogallo	46 - 60	F	higher education	professor
104	YES - A	Portogallo	31 - 45	F	higher education	professor
105	YES - A	Portogallo	19 - 30	M	higher education	psychologist
106	YES - A	Portogallo	31 - 45	F	higher education	psychologist
107	YES - A	Portogallo	31 - 45	F	upper secondary edu.	hairdresser

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

108	YES - A	Portogallo	under 18	F	upper secondary edu.	student
109	YES - A	Portogallo	under 18	F	upper secondary edu.	student
110	YES - A	Portogallo	under 18	f	basic education	student
111	YES - A	Portogallo	under 18	f	basic education	student
112	YES - A	Portogallo	31 - 45	F	higher education	physiotherapist
113	YES - B	Portogallo	46 - 60	F	higher education	retirement home manager
114	YES - B	Portogallo	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
115	YES - B	Portogallo	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
116	YES - B	Portogallo	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
117	YES - B	Portogallo	31 - 45	F	upper secondary edu.	teacher
118	YES - B	Portogallo	31 - 45	F	upper secondary edu.	beautician
119	YES - B	Portogallo	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
120	YES - B	Portogallo	31 - 45	F	higher education	engineer
121	YES - B	Portogallo	19 - 30	F	higher education	student
122	YES - C	Portogallo	31 - 45	M	higher education	economist
123	YES - C	Portogallo	19 - 30	M	upper secondary edu.	multimedia technician
124	YES - C	Portogallo	31 - 45	M	upper secondary edu.	technician
125	YES - C	Portogallo	31 - 45	M	upper secondary edu.	seller
126	YES - B	Portogallo	under 18	M	upper secondary edu.	student
127	YES - A	Angola	31 - 45	M	upper secondary edu.	school assistant
128	YES - A	Francese	31 - 45	F	upper secondary edu.	nurse
129	NO	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
130	NO - B	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
131	NO - B	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
132	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
133	YES - A	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
134	YES - A	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
135	YES - A	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
136	YES - A	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
137	YES - A	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
138	YES - A	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
139	YES - A	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
140	YES - A	Spain	31 - 45	M	higher education	engineer
141	YES - A	Spain	46 - 60	f	higher education	bank
142	YES - A	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
143	YES - A	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
144	YES - A	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
145	YES - A	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
146	YES - A	Spain	46 - 60	M	higher education	nurse
147	YES - A	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
148	YES - A	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
149	YES - A	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - bank
150	YES - B	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
151	YES - B	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
152	YES - B	Spain	46 - 60	M	higher education	directive
153	YES - B	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
154	YES - B	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired
155	YES - B	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
156	YES - B	Spain	46 - 60	M	compulsory secondary edu.	dealer
157	YES - B	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - former beautician
158	YES - B	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
159	YES - B	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - nurse
160	YES - B	Spain	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
161	YES - C	Spain	46 - 60	M	higher education	dentist

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 2.2

2) Pensa che sia utile e consigliabile per la salute e il benessere praticare sport o un'attività fisica?

		COUNTRY	AGE	GENDER	EDUCATIONAL LEVEL	JOB
1	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
2	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
3	YES	Estonia	under 18	F	basic education	student
4	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
5	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
6	YES	Estonia	under 18	F	basic education	student
7	YES	Estonia	19 - 30	F	higher education	project manager
8	YES	Estonia	19 - 30	M	higher education	land manager
9	YES	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	mechanic
10	YES	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	official
11	YES	Estonia	19 - 30	M	basic education	builder
12	YES	Estonia	19 - 30	F	basic education	customer service
13	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
14	YES	Estonia	31 - 45	f	upper secondary edu.	entrepreneur
15	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	librarian
16	YES	Estonia	19 - 30	F	higher education	teacher
17	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	postman
18	YES	Estonia	31 - 45	M	upper secondary edu.	employee
19	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	specialist
20	YES	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
21	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	seller
22	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	baker
23	YES	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
24	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	civil service
25	YES	Estonia	over 61	F	upper secondary edu.	specialist
26	YES	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
27	YES	Estonia	over 61	F	basic education	retired
28	YES	Estonia	over 61	F	basic education	
29	YES	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
30	YES	Estonia	over 61	M	basic education	driver
31	YES	Italy	19 - 30	f	higher education	lawyer
32	YES	Italy	31 - 45	M	upper secondary edu.	artisan
33	YES	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
34	YES	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
35	YES	Italy	19 - 30	M	higher education	architect
36	YES	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	bartender
37	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	cashier
38	YES	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	employee
39	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
40	YES	Italy	19 - 30	F	higher education	midwife
41	YES	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
42	YES	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	warehouse worker
43	YES	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	shop assistant
44	YES	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
45	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
46	YES	Italy	over 61	M	lower secondary edu.	retired (ex worker)
47	YES	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	employee
48	YES	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	housewife
49	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
50	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
51	YES	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	worker
52	YES	Italy	19 - 30	F	higher education	employee
53	YES	Italy	19 - 30	F	lower secondary edu.	student

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

54	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
55	YES	Italy	under 18	N	lower secondary edu.	student
56	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
57	YES	Italy	31 - 46	F	upper secondary edu.	employee
58	YES	Italy	46 - 60	F	higher education	employee
59	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
60	YES	Italy	31 - 45	F	higher education	teacher
61	NO	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	expert
62	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
63	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
64	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	entrepreneur
65	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
66	YES	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
67	YES	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
68	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
69	YES	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
70	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
71	YES	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
72	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
73	YES	Latvia	19 - 30	M	higher education	entrepreneur
74	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
75	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
76	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
77	YES	Latvia	19 - 30	F	higher education	
78	YES	Latvia	19 - 30	F	higher education	shop assistant
79	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
80	YES	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
81	YES	Latvia	under 18	M	upper secondary edu.	student
82	YES	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
83	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	public transport expert
84	YES	Latvia	46 - 60	M	higher education	lawyer
85	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	trainer, sport judge
86	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
87	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
88	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
89	YES	Latvia	19 - 30	M	higher education	project manager
90	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
91	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
92	YES	Poland	19 - 30	f	upper secondary edu.	teacher
93	YES	Portugal	31 - 45	M	higher education	economist
94	YES	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
95	YES	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	multimedia technician
96	YES	Portugal	31 - 45	M	higher education	professor
97	YES	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
98	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	teacher
99	YES	Portugal	over 61	F	upper secondary edu.	retired
100	YES	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	technician
101	YES	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	seller
102	YES	Portugal	46 - 60	F	higher education	professor
103	YES	Portugal	46 - 60	F	higher education	retirement home manager
104	YES	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
105	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	professor
106	YES	Portugal	19 - 30	M	higher education	psychologist
107	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	psychologist
108	YES	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	secure force
109	YES	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
110	YES	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

111	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
112	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	teacher
113	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	hairdresser
114	YES	Portugal	31 - 45	f	basic education	cleaning lady
115	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
116	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	beautician
117	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
118	YES	Portugal	under 18	M	upper secondary edu.	student
119	YES	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
120	YES	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
121	YES	Portugal	under 18	f	basic education	student
122	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	engineer
123	YES	Portugal	19 - 30	F	higher education	student
124	YES	Portugal	19 - 30	F	higher education	
125	YES	Portugal	under 18	f	basic education	student
126	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	physiotherapist
127	YES	Angola	31 - 45	M	upper secondary edu.	school assistant
128	YES	France	31 - 45	F	upper secondary edu.	nurse
129	YES	Spain	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
130	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
131	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
132	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
133	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
134	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
135	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
136	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
137	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
138	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
139	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
140	YES	Spain	31 - 45	M	higher education	engineer
141	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	directive
142	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
143	YES	Spain	46 - 60	f	higher education	bank
144	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
145	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
146	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
147	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
148	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	nurse
149	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	dentist
150	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired
151	YES	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
152	YES	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
153	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - bank
154	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
155	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
156	YES	Spain	46 - 60	M	compulsory secondary edu.	dealer
157	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
158	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - former beautician
159	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
160	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
161	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - nurse

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 2.3

3) Pensi che sul tuo territorio lo sport e l'attività fisica siano considerati le fondamenta di uno stile di vita salutare?

40

		COUNTRY	AGE	GENDER	EDUCATIONAL LEVEL	JOB
1	NO - YES	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	mechanic
2	NO - YES	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	official
3	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
4	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
5	YES	Estonia	under 18	F	basic education	student
6	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
7	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
8	YES	Estonia	under 18	F	basic education	student
9	YES	Estonia	19 - 30	F	higher education	project manager
10	YES	Estonia	19 - 30	M	higher education	land manager
11	YES	Estonia	19 - 30	M	basic education	builder
12	YES	Estonia	19 - 30	F	basic education	customer service
13	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
14	YES	Estonia	31 - 45	f	upper secondary edu.	entrepreneur
15	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	librarian
16	YES	Estonia	19 - 30	F	higher education	teacher
17	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	postman
18	YES	Estonia	31 - 45	M	upper secondary edu.	employee
19	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	specialist
20	YES	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
21	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	seller
22	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	baker
23	YES	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
24	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	civil service
25	YES	Estonia	over 61	F	upper secondary edu.	specialist
26	YES	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
27	YES	Estonia	over 61	F	basic education	retired
28	YES	Estonia	over 61	F	basic education	
29	YES	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
30	YES	Estonia	over 61	M	basic education	driver
31	YES	Italia	19 - 30	f	higher education	lawyer
32	YES	Italia	31 - 45	M	upper secondary edu.	artisan
33	YES	Italia	over 61	F	upper secondary edu.	retired
34	YES	Italia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
35	YES	Italia	19 - 30	M	higher education	architect
36	YES	Italia	31 - 45	F	upper secondary edu.	bartender
37	YES	Italia	46 - 60	F	upper secondary edu.	cashier
38	YES	Italia	46 - 60	M	upper secondary edu.	employee
39	YES	Italia	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
40	YES	Italia	19 - 30	F	higher education	midwife
41	YES	Italia	over 61	F	upper secondary edu.	retired
42	YES	Italia	46 - 60	M	upper secondary edu.	warehouse worker
43	YES	Italia	31 - 45	F	upper secondary edu.	shop assistant
44	YES	Italia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
45	YES	Italia	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
46	YES	Italia	over 61	M	lower secondary edu.	retired (ex worker)
47	YES	Italia	19 - 30	M	upper secondary edu.	employee
48	YES	Italia	over 61	F	upper secondary edu.	housewife
49	YES	Italia	under 18	M	lower secondary edu.	student
50	YES	Italia	under 18	M	lower secondary edu.	student
51	YES	Italia	19 - 30	M	upper secondary edu.	worker
52	YES	Italia	19 - 30	F	higher education	employee

Let's fit healthy life! The role of sport in regenerating deprived areas

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

53	YES	Italia	19 - 30	F	lower secondary edu.	student
54	YES	Italia	under 18	M	lower secondary edu.	student
55	YES	Italia	under 18	N	lower secondary edu.	student
56	YES	Italia	under 18	M	lower secondary edu.	student
57	YES	Italia	31 - 46	F	upper secondary edu.	employee
58	YES	Italia	46 - 60	F	higher education	employee
59	YES	Italia	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
60	YES	Italia	31 - 45	F	higher education	teacher
61	NO	Latvia	19 - 30	F	higher education	
62	NO	Latvia	19 - 30	F	higher education	shop assistant
63	NO	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
64	NO	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	expert
65	NO	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
66	NO	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
67	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
68	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
69	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	entrepreneur
70	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
71	YES	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
72	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
73	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
74	YES	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
75	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
76	YES	Latvia	19 - 30	M	higher education	entrepreneur
77	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
78	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
79	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
80	YES	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
81	YES	Latvia	under 18	M	upper secondary edu.	student
82	YES	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
83	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	public transport expert
84	YES	Latvia	46 - 60	M	higher education	lawyer
85	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	trainer, sport judge
86	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
87	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
88	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
89	YES	Latvia	19 - 30	M	higher education	project manager
90	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
91	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
92	YES	Poland	19 - 30	f	upper secondary edu.	teacher
93	NO - YES	Portugal	over 61	F	upper secondary edu.	retired
94	NO - YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	professor
95	NO - YES	Portugal	19 - 30	M	higher education	psychologist
96	NO - YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
97	YES	Portugal	31 - 45	M	higher education	economist
98	YES	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
99	YES	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	multimedia technician
100	YES	Portugal	31 - 45	M	higher education	professor
101	YES	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
102	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	teacher
103	YES	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	technician
104	YES	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	seller
105	YES	Portugal	46 - 60	F	higher education	professor
106	YES	Portugal	46 - 60	F	higher education	retirement home manager
107	YES	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
108	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	psychologist
109	YES	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	secure force

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

110	YES	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
111	YES	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
112	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	teacher
113	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	hairdresser
114	YES	Portugal	31 - 45	f	basic education	cleaning lady
115	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
116	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	beautician
117	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
118	YES	Portugal	under 18	M	upper secondary edu.	student
119	YES	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
120	YES	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
121	YES	Portugal	under 18	f	basic education	student
122	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	engineer
123	YES	Portugal	19 - 30	F	higher education	student
124	YES	Portugal	19 - 30	F	higher education	
125	YES	Portugal	under 18	f	basic education	student
126	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	physiotherapist
127	YES	Angola	31 - 45	M	upper secondary edu.	school assistant
128	NO - YES	France	31 - 45	F	upper secondary edu.	nurse
129	YES	Spain	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
130	NO - YES	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
131	NO - YES	Spain	31 - 45	M	higher education	engineer
132	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
133	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
134	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
135	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
136	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
137	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
138	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
139	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
140	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
141	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	directive
142	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
143	YES	Spain	46 - 60	f	higher education	bank
144	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
145	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
146	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
147	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
148	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	nurse
149	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	dentist
150	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired
151	YES	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
152	YES	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
153	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - bank
154	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
155	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
156	YES	Spain	46 - 60	M	compulsory secondary edu.	dealer
157	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
158	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - former beautician
159	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
160	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
161	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - nurse

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 2.4.

4) Sul tuo territorio ci sono spazi per praticare sport e l'attività fisica (parchi, piste ciclabili, impianti sportivi gratuiti, ...)?

43

		COUNTRY	AGE	GENDER	EDUCATIONAL LEVEL	JOB
1	NO	Estonia	under 18	M	basic education	student
2	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
3	YES	Estonia	under 18	F	basic education	student
4	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
5	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
6	YES	Estonia	under 18	F	basic education	student
7	YES	Estonia	19 - 30	F	higher education	project manager
8	YES	Estonia	19 - 30	M	higher education	land manager
9	YES	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	mechanic
10	YES	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	official
11	YES	Estonia	19 - 30	M	basic education	builder
12	YES	Estonia	19 - 30	F	basic education	customer service
13	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
14	YES	Estonia	31 - 45	f	upper secondary edu.	entrepreneur
15	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	librarian
16	YES	Estonia	19 - 30	F	higher education	teacher
17	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	postman
18	YES	Estonia	31 - 45	M	upper secondary edu.	employee
19	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	specialist
20	YES	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
21	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	seller
22	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	baker
23	YES	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
24	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	civil service
25	YES	Estonia	over 61	F	upper secondary edu.	specialist
26	YES	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
27	YES	Estonia	over 61	F	basic education	retired
28	YES	Estonia	over 61	F	basic education	
29	YES	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
30	YES	Estonia	over 61	M	basic education	driver
31	NO	Italy	31 - 45	F	higher education	teacher
32	YES	Italy	19 - 30	f	higher education	lawyer
33	YES	Italy	31 - 45	M	upper secondary edu.	artisan
34	YES	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
35	YES	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
36	YES	Italy	19 - 30	M	higher education	architect
37	YES	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	bartender
38	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	cashier
39	YES	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	employee
40	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
41	YES	Italy	19 - 30	F	higher education	midwife
42	YES	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
43	YES	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	warehouse worker
44	YES	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	shop assistant
45	YES	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
46	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
47	YES	Italy	over 61	M	lower secondary edu.	retired (ex worker)
48	YES	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	employee
49	YES	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	housewife
50	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
51	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
52	YES	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	worker

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

53	YES	Italy	19 - 30	F	higher education	employee
54	YES	Italy	19 - 30	F	lower secondary edu.	student
55	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
56	YES	Italy	under 18	N	lower secondary edu.	student
57	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
58	YES	Italy	31 - 46	F	upper secondary edu.	employee
59	YES	Italy	46 - 60	F	higher education	employee
60	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
61	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
62	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
63	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	entrepreneur
64	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
65	YES	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
66	YES	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
67	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
68	YES	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
69	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
70	YES	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
71	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
72	YES	Latvia	19 - 30	M	higher education	entrepreneur
73	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
74	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
75	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
76	YES	Latvia	19 - 30	F	higher education	
77	YES	Latvia	19 - 30	F	higher education	shop assistant
78	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
79	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	expert
80	YES	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
81	YES	Latvia	under 18	M	upper secondary edu.	student
82	YES	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
83	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	public transport expert
84	YES	Latvia	46 - 60	M	higher education	lawyer
85	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	trainer, sport judge
86	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
87	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
88	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
89	YES	Latvia	19 - 30	M	higher education	project manager
90	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
91	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
92	YES	Poland	19 - 30	f	upper secondary edu.	teacher
93	NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	professor
94	NO	Portugal	19 - 30	F	higher education	
95	NO	Portugal	under 18	f	basic education	student
96	YES	Portugal	31 - 45	M	higher education	economist
97	YES	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
98	YES	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	multimedia technician
99	YES	Portugal	31 - 45	M	higher education	professor
100	YES	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
101	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	teacher
102	YES	Portugal	over 61	F	upper secondary edu.	retired
103	YES	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	technician
104	YES	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	seller
105	YES	Portugal	46 - 60	F	higher education	professor
106	YES	Portugal	46 - 60	F	higher education	retirement home manager
107	YES	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
108	YES	Portugal	19 - 30	M	higher education	psychologist
109	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	psychologist

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

110	YES	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	secure force
111	YES	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
112	YES	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
113	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
114	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	teacher
115	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	hairdresser
116	YES	Portugal	31 - 45	f	basic education	cleaning lady
117	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
118	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	beautician
119	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
120	YES	Portugal	under 18	M	upper secondary edu.	student
121	YES	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
122	YES	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
123	YES	Portugal	under 18	f	basic education	student
124	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	engineer
125	YES	Portugal	19 - 30	F	higher education	student
126	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	physiotherapist
127	NO	Angola	31 - 45	M	upper secondary edu.	school assistant
128	NO	France	31 - 45	F	upper secondary edu.	nurse
129	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
130	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
131	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
132	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
133	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
134	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
135	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
136	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
137	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
138	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
139	YES	Spain	31 - 45	M	higher education	engineer
140	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	directive
141	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
142	YES	Spain	46 - 60	f	higher education	bank
143	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
144	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
145	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
146	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
147	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	nurse
148	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	dentist
149	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired
150	YES	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
151	YES	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
152	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - bank
153	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
154	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
155	YES	Spain	46 - 60	M	compulsory secondary edu.	dealer
156	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
157	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - former beautician
158	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
159	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
160	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - nurse
161	YES	Spain	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 2.5

5) Pensi che sul tuo territorio i servizi pubblici siano sufficienti? Ad esempio scuole pubbliche, ospedali e ambulatori medici, impianti sportive, trasporto pubblico.

46

		COUNTRY	AGE	GENDER	EDUCATIONAL LEVEL	JOB
1	NO	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	official
2	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
3	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
4	YES	Estonia	under 18	F	basic education	student
5	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
6	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
7	YES	Estonia	under 18	F	basic education	student
8	YES	Estonia	19 - 30	F	higher education	project manager
9	YES	Estonia	19 - 30	M	higher education	land manager
10	YES	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	mechanic
11	YES	Estonia	19 - 30	M	basic education	builder
12	YES	Estonia	19 - 30	F	basic education	customer service
13	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
14	YES	Estonia	31 - 45	f	upper secondary edu.	entrepreneur
15	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	librarian
16	YES	Estonia	19 - 30	F	higher education	teacher
17	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	postman
18	YES	Estonia	31 - 45	M	upper secondary edu.	employee
19	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	specialist
20	YES	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
21	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	seller
22	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	baker
23	YES	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
24	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	civil service
25	YES	Estonia	over 61	F	upper secondary edu.	specialist
26	YES	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
27	YES	Estonia	over 61	F	basic education	retired
28	YES	Estonia	over 61	F	basic education	
29	YES	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
30	YES	Estonia	over 61	M	basic education	driver
31	NO	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	cashier
32	NO	Italy	19 - 30	F	higher education	midwife
33	NO	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	warehouse worker
34	NO	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	employee
35	YES	Italy	19 - 30	f	higher education	lawyer
36	YES	Italy	31 - 45	M	upper secondary edu.	artisan
37	YES	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
38	YES	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
39	YES	Italy	19 - 30	M	higher education	architect
40	YES	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	bartender
41	YES	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	employee
42	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
43	YES	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
44	YES	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	shop assistant
45	YES	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
46	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
47	YES	Italy	over 61	M	lower secondary edu.	retired (ex worker)
48	YES	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	housewife
49	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
50	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
51	YES	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	worker
52	YES	Italy	19 - 30	F	higher education	employee

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

53	YES	Italy	19 - 30	F	lower secondary edu.	student
54	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
55	YES	Italy	under 18	N	lower secondary edu.	student
56	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
57	YES	Italy	31 - 46	F	upper secondary edu.	employee
58	YES	Italy	46 - 60	F	higher education	employee
59	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
60	YES	Italy	31 - 45	F	higher education	teacher
61	NO	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
62	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
63	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
64	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	entrepreneur
65	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
66	YES	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
67	YES	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
68	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
69	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
70	YES	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
71	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
72	YES	Latvia	19 - 30	M	higher education	entrepreneur
73	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
74	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
75	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
76	YES	Latvia	19 - 30	F	higher education	
77	YES	Latvia	19 - 30	F	higher education	shop assistant
78	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
79	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	expert
80	YES	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
81	YES	Latvia	under 18	M	upper secondary edu.	student
82	YES	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
83	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	public transport expert
84	YES	Latvia	46 - 60	M	upper secondary edu.	lawyer
85	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	trainer, sport judge
86	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
87	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
88	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
89	YES	Latvia	19 - 30	M	higher education	project manager
90	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
91	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
92	NO	Poland	19 - 30	f	higher education	teacher
93	NO	Portugal	31 - 45	M	higher education	professor
94	NO	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
95	NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	teacher
96	NO	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	technician
97	NO	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	seller
98	NO	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
99	NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	professor
100	NO	Portugal	19 - 30	M	higher education	psychologist
101	NO	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	secure force
102	NO	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
103	NO	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
104	NO	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	teacher
105	NO	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
106	NO	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	beautician
107	NO	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
108	NO	Portugal	under 18	M	upper secondary edu.	student
109	NO	Portugal	19 - 30	F	higher education	student

Let's fit healthy life! The role of sport in regenerating deprived areas

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

110	NO	Portugal	19 - 30	F	higher education	
111	NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	physiotherapist
112	YES	Portugal	31 - 45	M	higher education	economist
113	YES	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
114	YES	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	multimedia technician
115	YES	Portugal	over 61	F	upper secondary edu.	retired
116	YES	Portugal	46 - 60	F	higher education	professor
117	YES	Portugal	46 - 60	F	higher education	retirement home manager
118	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	psychologist
119	YES	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
120	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	hairdresser
121	YES	Portugal	31 - 45	f	basic education	cleaning lady
122	YES	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
123	YES	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
124	YES	Portugal	under 18	f	basic education	student
125	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	engineer
126	YES	Portugal	under 18	f	basic education	student
127	YES	Angola	31 - 45	M	upper secondary edu.	school assistant
128	NO	France	31 - 45	F	upper secondary edu.	nurse
129	NO	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
130	NO	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
131	NO	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
132	NO	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
133	YES	Spain	31 - 45	M	higher education	engineer
134	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
135	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
136	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
137	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
138	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
139	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
140	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
141	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
142	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
143	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	directive
144	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
145	YES	Spain	46 - 60	f	higher education	bank
146	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
147	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
148	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
149	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	nurse
150	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	dentist
151	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired
152	YES	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
153	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - bank
154	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
155	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
156	YES	Spain	46 - 60	M	compulsory secondary edu.	dealer
157	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
158	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - former beautician
159	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
160	YES	Spain	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
161	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - nurse

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 2.6

6) Come definisci la qualità di vita sul tuo territorio?

		COUNTRY	AGE	GENDER	EDUCATIONAL LEVEL	JOB
1	EXCELLENT	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	mechanic
2	GOOD	Estonia	19 - 30	F	higher education	project manager
3	GOOD	Estonia	19 - 30	M	higher education	land manager
4	GOOD	Estonia	31 - 45	f	upper secondary edu.	entrepreneur
5	GOOD	Estonia	19 - 30	F	higher education	teacher
6	GOOD	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	specialist
7	GOOD	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	meccanico
8	GOOD	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	seller
9	GOOD	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	civil service
10	GOOD	Estonia	over 61	F	upper secondary edu.	specialist
11	GOOD	Estonia	over 61	F	basic education	retired
12	NORMAL	Estonia	under 18	M	basic education	student
13	NORMAL	Estonia	under 18	M	basic education	student
14	NORMAL	Estonia	under 18	F	basic education	student
15	NORMAL	Estonia	under 18	M	basic education	student
16	NORMAL	Estonia	under 18	M	basic education	student
17	NORMAL	Estonia	under 18	F	basic education	student
18	NORMAL	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	official
19	NORMAL	Estonia	19 - 30	M	basic education	builder
20	NORMAL	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
21	NORMAL	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	librarian
22	NORMAL	Estonia	31 - 45	M	upper secondary edu.	employee
23	NORMAL	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
24	POOR	Estonia	19 - 30	F	basic education	customer service
25	POOR	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	postman
26	POOR	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	baker
27	POOR	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
28	POOR	Estonia	over 61	F	basic education	
29	POOR	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
30	POOR	Estonia	over 61	M	basic education	driver
31	EXCELLENT	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
32	EXCELLENT	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
33	GOOD	Italy	19 - 30	f	higher education	lawyer
34	GOOD	Italy	31 - 45	M	upper secondary edu.	artisan
35	GOOD	Italy	19 - 30	M	higher education	architect
36	GOOD	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	bartender
37	GOOD	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	employee
38	GOOD	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
39	GOOD	Italy	19 - 30	F	higher education	midwife
40	GOOD	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
41	GOOD	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
42	GOOD	Italy	over 61	M	lower secondary edu.	retired (ex worker)
43	GOOD	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	housewife
44	GOOD	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
45	GOOD	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	worker
46	GOOD	Italy	19 - 30	F	higher education	employee
47	GOOD	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
48	GOOD	Italy	under 18	N	lower secondary edu.	student
49	GOOD	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
50	GOOD	Italy	31 - 46	F	upper secondary edu.	employee
51	GOOD	Italy	46 - 60	F	higher education	employee
52	GOOD	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
53	GOOD	Italy	31 - 45	F	higher education	teacher

Let's fit healthy life! The role of sport in regenerating deprived areas

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

54	NORMAL	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	cashier
55	NORMAL	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	warehouse worker
56	NORMAL	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	shop assistant
57	NORMAL	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
58	NORMAL	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	employee
59	NORMAL	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
60	NORMAL	Italy	19 - 30	F	lower secondary edu.	student
61	GOOD	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	entrepreneur
62	GOOD	Latvia	19 - 30	M	higher education	entrepreneur
63	GOOD	Latvia	19 - 30	F	higher education	
64	GOOD	Latvia	19 - 30	F	higher education	shop assistant
65	GOOD	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
66	GOOD	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	expert
67	GOOD	Latvia	under 18	M	upper secondary edu.	student
68	GOOD	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	public transport expert
69	GOOD	Latvia	46 - 60	M	higher education	lawyer
70	GOOD	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	trainer, sport judge
71	GOOD	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
72	GOOD	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
73	GOOD	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
74	NORMAL	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
75	NORMAL	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
76	NORMAL	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
77	NORMAL	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
78	NORMAL	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
79	NORMAL	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
80	NORMAL	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
81	NORMAL	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
82	NORMAL	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
83	NORMAL	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
84	NORMAL	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
85	NORMAL	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
86	NORMAL	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
87	NORMAL	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
88	NORMAL	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
89	NORMAL	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
90	NORMAL	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
91	NORMAL	Latvia	19 - 30	M	higher education	project manager
92	NORMAL	Polacca	19 - 30	f	upper secondary edu.	teacher
93	EXCELLENT	Portugal	over 61	F	upper secondary edu.	retired
94	EXCELLENT	Portugal	46 - 60	F	higher education	professor
95	EXCELLENT	Portugal	46 - 60	F	higher education	retirement home manager
96	EXCELLENT	Portugal	31 - 45	F	higher education	professor
97	EXCELLENT	Portugal	19 - 30	M	higher education	psychologist
98	EXCELLENT	Portugal	31 - 45	F	higher education	psychologist
99	EXCELLENT	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
100	EXCELLENT	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
101	GOOD	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
102	GOOD	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	multimedia technician
103	GOOD	Portugal	31 - 45	M	higher education	professor
104	GOOD	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
105	GOOD	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
106	GOOD	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	secure force
107	GOOD	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
108	GOOD	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
109	GOOD	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	teacher
110	GOOD	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	official



Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



**REGIONE
PIEMONTE**

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

111	GOOD	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	beautician
112	GOOD	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
113	GOOD	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
114	GOOD	Portugal	31 - 45	F	higher education	engineer
115	GOOD	Portugal	19 - 30	F	higher education	student
116	GOOD	Portugal	19 - 30	F	higher education	
117	NORMAL	Portugal	31 - 45	M	higher education	economist
118	NORMAL	Portugal	31 - 45	F	higher education	teacher
119	NORMAL	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	technician
120	NORMAL	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	seller
121	NORMAL	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	hairdresser
122	NORMAL	Portugal	31 - 45	f	basic education	cleaning lady
123	NORMAL	Portugal	under 18	M	upper secondary edu.	student
124	NORMAL	Portugal	under 18	f	basic education	student
125	NORMAL	Portugal	under 18	f	basic education	student
126	NORMAL	Portugal	31 - 45	F	higher education	physiotherapist
127	GOOD	Angola	31 - 45	M	upper secondary edu.	school assistant
128	EXCELLENT	France	31 - 45	F	upper secondary edu.	nurse
129	EXCELLENT	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
130	EXCELLENT	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
131	EXCELLENT	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
132	EXCELLENT	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
133	EXCELLENT	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired
134	EXCELLENT	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - bank
135	EXCELLENT	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
136	EXCELLENT	Spain	46 - 60	M	compulsory secondary edu.	dealer
137	EXCELLENT	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
138	EXCELLENT	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - former beautician
139	GOOD	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
140	GOOD	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
141	GOOD	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
142	GOOD	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
143	GOOD	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
144	GOOD	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
145	GOOD	Spain	46 - 60	f	higher education	bank
146	GOOD	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
147	GOOD	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
148	GOOD	Spain	46 - 60	M	higher education	nurse
149	GOOD	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
150	GOOD	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
151	GOOD	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
152	GOOD	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
153	GOOD	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
154	GOOD	Spain	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
155	GOOD	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - nurse
156	NORMAL	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
157	NORMAL	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
158	NORMAL	Spain	31 - 45	M	higher education	engineer
159	NORMAL	Spain	46 - 60	M	higher education	directive
160	NORMAL	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
161	NORMAL	Spain	46 - 60	M	higher education	dentist



Palencia Nordic
Walking



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 2.7

7) Pensi che miglior servizi pubblici (come sopra menzionato) potrebbero migliorare la qualità di vita sul tuo territorio?

52

		COUNTRY	AGE	GENDER	EDUCATIONAL LEVEL	JOB
1	NO	Estonia	under 18	M	basic education	student
2	NO	Estonia	over 61	F	upper secondary edu.	specialist
3	NO	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
4	NO	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
5	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
6	YES	Estonia	under 18	F	basic education	student
7	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
8	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
9	YES	Estonia	under 18	F	basic education	student
10	YES	Estonia	19 - 30	F	higher education	project manager
11	YES	Estonia	19 - 30	M	higher education	land manager
12	YES	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	mechanic
13	YES	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	official
14	YES	Estonia	19 - 30	M	basic education	builder
15	YES	Estonia	19 - 30	F	basic education	customer service
16	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
17	YES	Estonia	31 - 45	f	upper secondary edu.	entrepreneur
18	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	librarian
19	YES	Estonia	19 - 30	F	higher education	teacher
20	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	postman
21	YES	Estonia	31 - 45	M	upper secondary edu.	employee
22	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	specialist
23	YES	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
24	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	seller
25	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	baker
26	YES	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
27	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	civil service
28	YES	Estonia	over 61	F	basic education	retired
29	YES	Estonia	over 61	F	basic education	
30	YES	Estonia	over 61	M	basic education	driver
31	NO	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	bartender
32	YES	Italy	19 - 30	f	higher education	lawyer
33	YES	Italy	31 - 45	M	upper secondary edu.	artisan
34	YES	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
35	YES	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
36	YES	Italy	19 - 30	M	higher education	architect
37	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	cashier
38	YES	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	employee
39	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
40	YES	Italy	19 - 30	F	higher education	midwife
41	YES	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
42	YES	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	warehouse worker
43	YES	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	shop assistant
44	YES	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
45	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
46	YES	Italy	over 61	M	lower secondary edu.	retired (ex worker)
47	YES	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	employee
48	YES	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	housewife
49	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
50	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
51	YES	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	worker
52	YES	Italy	19 - 30	F	higher education	employee

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

53	YES	Italy	19 - 30	F	lower secondary edu.	student
54	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
55	YES	Italy	under 18	N	lower secondary edu.	student
56	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
57	YES	Italy	31 - 46	F	upper secondary edu.	employee
58	YES	Italy	46 - 60	F	higher education	employee
59	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
60	YES	Italy	31 - 45	F	higher education	teacher
61	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
62	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
63	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
64	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	entrepreneur
65	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
66	YES	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
67	YES	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
68	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
69	YES	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
70	YES	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
71	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
72	YES	Latvia	19 - 30	M	higher education	entrepreneur
73	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
74	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
75	YES	Latvia	19 - 30	F	higher education	
76	YES	Latvia	19 - 30	F	higher education	shop assistant
77	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
78	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	expert
79	YES	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
80	YES	Latvia	under 18	M	upper secondary edu.	student
81	YES	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
82	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	public transport expert
83	YES	Latvia	46 - 60	M	upper secondary edu.	lawyer
84	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	trainer, sport judge
85	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
86	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
87	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
88	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
89	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
90	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
91	YES	Poland	19 - 30	f	upper secondary edu.	teacher
92	NO	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	hairdresser
93	NO	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
94	YES	Portugal	31 - 45	M	higher education	economist
95	YES	Portugal	19 - 30	M	higher education	student
96	YES	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	multimedia technician
97	YES	Portugal	31 - 45	M	higher education	professor
98	YES	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
99	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	teacher
100	YES	Portugal	over 61	F	upper secondary edu.	retired
101	YES	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	technician
102	YES	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	seller
103	YES	Portugal	46 - 60	F	higher education	professor
104	YES	Portugal	46 - 60	F	higher education	retirement home manager
105	YES	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
106	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	professor
107	YES	Portugal	19 - 30	M	higher education	psychologist
108	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	psychologist
109	YES	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	secure force

Let's fit healthy life! The role of sport in regenerating deprived areas

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

110	YES	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
111	YES	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
112	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
113	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	teacher
114	YES	Portugal	31 - 45	f	basic education	cleaning lady
115	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
116	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	beautician
117	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
118	YES	Portugal	under 18	M	upper secondary edu.	student
119	YES	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
120	YES	Portugal	under 18	f	basic education	student
121	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	engineer
122	YES	Portugal	19 - 30	F	higher education	student
123	YES	Portugal	19 - 30	F	higher education	
124	YES	Portugal	under 18	f	basic education	student
125	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	physiotherapist
126	YES	France	31 - 45	F	upper secondary edu.	nurse
127	YES	Angola	31 - 45	M	upper secondary edu.	school assistant
128	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
129	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
130	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
131	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
132	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
133	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
134	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
135	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
136	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
137	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
138	YES	Spain	31 - 45	M	higher education	engineer
139	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	directive
140	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
141	YES	Spain	46 - 60	f	higher education	bank
142	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
143	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
144	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
145	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
146	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	nurse
147	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	dentist
148	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired
149	YES	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
150	YES	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
151	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - bank
152	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
153	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
154	YES	Spain	46 - 60	M	compulsory secondary edu.	dealer
155	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
156	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - former beautician
157	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
158	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
159	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - nurse
160	YES	Spain	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
161	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - nurse

Let's fit healthy life! The role of sport in regenerating deprived areas

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 2.8

8) Le autorità locali supportano la promozione della pratica di attività fisica per la salute , per esempio attraverso messaggi promozionali su media locali, promozione della disponibilità di corsi sportivi ed incoraggiare le persone ad utilizzare le piste ciclo-pedonali?

55

		COUNTRY	AGE	GENDER	EDUCATIONAL LEVEL	JOB
1	YES - A	Estonia	under 18	M	basic education	student
2	YES - A	Estonia	under 18	M	basic education	student
3	YES - A	Estonia	under 18	F	basic education	student
4	YES - A	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
5	YES - A	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
6	YES - A	Estonia	over 61	F	basic education	
7	YES - A - B	Estonia	under 18	F	basic education	student
8	YES - A - B	Estonia	under 18	M	basic education	student
9	YES - A - B	Estonia	under 18	M	basic education	student
10	YES - A - B	Estonia	19 - 30	F	higher education	project manager
11	YES - A - B	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
12	YES - A - B	Estonia	31 - 45	f	upper secondary edu.	entrepreneur
13	YES - A - B	Estonia	19 - 30	F	higher education	teacher
14	YES - A - B	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	baker
15	YES - A - B - C	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	specialist
16	YES - A - B - C	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	civil service
17	YES - A - B - C	Estonia	over 61	F	upper secondary edu.	specialist
18	YES - B	Estonia	19 - 30	M	higher education	land manager
19	YES - B	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	official
20	YES - B	Estonia	19 - 30	M	basic education	builder
21	YES - B	Estonia	19 - 30	F	basic education	customer service
22	YES - B	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	librarian
23	YES - B	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	postman
24	YES - B	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
25	YES - B	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	seller
26	YES - B	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
27	YES - B	Estonia	over 61	M	basic education	driver
28	YES - B - C	Estonia	over 61	F	basic education	retired
29	YES - A	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	mechanic
30	YES - A - B - C	Estonia	31 - 45	M	upper secondary edu.	employee
31	YES - C	Italy	19 - 30	f	higher education	lawyer
32	YES - B	Italy	31 - 45	M	upper secondary edu.	artisan
33	YES - B	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
34	YES - C	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
35	YES - B	Italy	19 - 30	M	higher education	architect
36	NO	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	bartender
37	NO	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	cashier
38	YES - B	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	employee
39	YES - C	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
40	YES - A	Italy	19 - 30	F	higher education	midwife
41	YES - C	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
42	NO	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	warehouse worker
43	NO	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	shop assistant
44	YES - C	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
45	YES - B - C	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
46	YES - C	Italy	over 61	M	lower secondary edu.	retired (ex worker)
47	NO	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	employee
48	YES - C	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	housewife
49	YES - C	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
50	NO	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
51	NO	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	worker

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

52	NO	Italy	19 - 30	F	higher education	employee
53	NO	Italy	19 - 30	F	lower secondary edu.	student
54	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
55	YES	Italy	under 18	N	lower secondary edu.	student
56	NO	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
57	YES - B	Italy	31 - 46	F	upper secondary edu.	employee
58	YES - C	Italy	46 - 60	F	higher education	employee
59	YES - B	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
60	NO	Italy	31 - 45	F	higher education	teacher
61	NO	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
62	NO	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
63	NO	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
64	NO	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
65	YES - A	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
66	YES - A	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
67	YES - A	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
68	YES - A	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
69	YES - A	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
70	YES - A	Latvia	19 - 30	F	higher education	
71	YES - A	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
72	YES - A	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
73	YES - A	Latvia	19 - 30	F	higher education	shop assistant
74	YES - A	Latvia	under 18	M	upper secondary edu.	student
75	YES - A - B	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	entrepreneur
76	YES - A - B	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
77	YES - A - B	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
78	YES - A - B	Latvia	19 - 30	M	higher education	entrepreneur
79	YES - A - B	Latvia	46 - 60	M	higher education	lawyer
80	YES - A - B	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
81	YES - A - B - C	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	expert
82	YES - A - B - C	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
83	YES - A - C	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
84	YES - A - C	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
85	YES - A - C	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
86	YES - A - C	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
87	YES - B	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	public transport expert
88	YES - B	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	trainer, sport judge
89	YES - B	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
90	YES - B	Latvia	19 - 30	M	higher education	project manager
91	YES - B - C	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
92	NO	Poland	19 - 30	f	upper secondary edu.	teacher
93	NO	Portugal	31 - 45	M	higher education	economist
94	NO	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
95	NO	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	multimedia technician
96	NO	Portugal	31 - 45	M	higher education	professor
97	NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	teacher
98	NO	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	technician
99	NO	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	seller
100	NO	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
101	NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	professor
102	NO	Portugal	19 - 30	M	higher education	psychologist
103	NO	Portugal	31 - 45	f	basic education	cleaning lady
104	NO	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
105	NO	Portugal	under 18	M	upper secondary edu.	student
106	NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	physiotherapist
107	YES	Portugal	46 - 60	F	higher education	retirement home manager
108	YES - A	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	teacher

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

109	YES - A	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	beautician
110	YES - A	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
111	YES - A	Portugal	under 18	f	basic education	student
112	YES - A - B	Portugal	46 - 60	F	higher education	professor
113	YES - A - B - C	Portugal	over 61	F	upper secondary edu.	retired
114	YES - A - B - C	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
115	YES - B	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
116	YES - B	Portugal	31 - 45	F	higher education	psychologist
117	YES - B	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
118	YES - B	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
119	YES - B	Portugal	31 - 45	F	higher education	engineer
120	YES - B	Portugal	19 - 30	F	higher education	student
121	YES - B	Portugal	under 18	f	basic education	student
122	YES - B - C	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	hairdresse
123	YES - C	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	secure force
124	YES - C	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
125	YES - C	Portugal	19 - 30	F	higher education	
126	YES - A	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
127	YES - A	Angola	31 - 45	M	upper secondary edu.	school assistant
128	NO	France	31 - 45	F	upper secondary edu.	nurse
129	NO	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
130	NO	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
131	NO	Spain	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
132	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
133	YES - A	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
134	YES - A	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
135	YES - A	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
136	YES - A	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
137	YES - A	Spain	31 - 45	M	higher education	engineer
138	YES - A	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - nurse
139	YES - A-B	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
140	YES - A-B	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
141	YES - B	Spain	46 - 60	M	higher education	directive
142	YES - B	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
143	YES - B	Spain	46 - 60	f	higher education	bank
144	YES - B	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
145	YES - B	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
146	YES - B	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
147	YES - B	Spain	46 - 60	M	higher education	dentist
148	YES - B	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired
149	YES - B	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - bank
150	YES - B	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
151	YES - B	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
152	YES - B	Spain	46 - 60	M	compulsory secondary edu.	dealer
153	YES - B	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
154	YES - B	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - former beautician
155	YES - B	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
156	YES - C	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
157	YES - C	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
158	YES - C	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
159	YES - C	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
160	YES - C	Spain	46 - 60	M	higher education	nurse
161	YES - C	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student



Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 2.9

9) Hai figli? Se si praticano sport? Se si quanto spesso? A scuola sono proposte iniziative per promuovere l'attività fisica come gruppi di cammino, tragitto casa/scuola a piedi o in bici, attività sportive extra-scolastiche, ...

58

		COUNTRY	AGE	GENDER	EDUCATIONAL LEVEL	JOB
1	NO - YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
2	NO	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
3	NO	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
4	NO	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
5	NO	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
6	NO	Spain	31 - 45	M	higher education	engineer
7	NO	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
8	NO	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired
9	NO	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
10	NO - YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
11	NO - YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
12	NO - YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
13	YES - NO	Spain	46- 60	M	compulsory secondary edu.	dealer
14	YES - NO	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
15	YES - YES - A	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
16	YES - YES - A	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - former beautician
17	YES - YES - A	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
18	YES - YES - A	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - nurse
19	YES - YES - A	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
20	YES - YES - A - NO	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
21	YES - YES - A - NO	Spain	46 - 60	f	higher education	bank
22	YES - YES - A - NO	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - bank
23	YES - YES - A - YES	Spain	46 - 60	F	upper secondary edu.	teacher
24	YES - YES - A - YES	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
25	YES - YES - A - YES	Spain	46 - 60	M	higher education	nurse
26	YES - YES - B	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
27	YES - YES - B	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
28	YES - YES - B	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
29	YES - YES - B - NO	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
30	YES - YES - B - NO	Spain	46 - 60	M	higher education	dentist
31	YES - YES - C - NO	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
32	YES - YES - C - YES	Spain	46 - 60	M	upper secondary edu.	directive
33	YES	Portugal	31 - 45	M	higher education	economist
34	NO	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
35	NO	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	multimedia technician
36	NO	Portugal	31 - 45	M	higher education	professor
37	NO	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
38	NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	teacher
39	NO	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	seller
40	NO	Angola	31 - 45	M	upper secondary edu.	school assistant
41	NO	Poland	19 - 30	f	upper secondary edu.	teacher
42	NO	Portugal	46 - 60	F	higher education	professor
43	NO	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
44	NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	professor
45	NO	Portugal	19 - 30	M	higher education	psychologist
46	NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	psychologist
47	NO	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
48	NO	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
49	NO	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
50	NO	Portugal	under 18	M	upper secondary edu.	student
51	NO	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

52	NO	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
53	NO	Portugal	under 18	f	upper secondary edu.	student
54	NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	engineer
55	NO	Portugal	19 - 30	F	higher education	
56	NO	Portugal	under 18	f	basic education	student
57	YES - NO	Portugal	31 - 45	f	basic education	cleaning lady
58	YES - NO - NO	Spain	31 - 45	F	higher education	administrative
59	YES - YES	Portugal	over 61	F	upper secondary edu.	retired
60	YES - YES - A - YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
61	YES - YES - A - NO	France	31 - 45	F	upper secondary edu.	nurse
62	YES - YES - A - NO	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	teacher
63	YES - YES - A - NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	physiotherapist
64	YES - YES - A - YES	Portugal	46 - 60	F	higher education	retirement home manager
65	YES - YES - A - YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	hairstresser
66	YES - YES - A - YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	beautician
67	YES - YES - B - NO	Portugal	19 - 30	F	higher education	student
68	YES - YES - B - YES	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	secure force
69	YES - YES - B - YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
70	YES - YES - C - NO	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	technician
71	NO	Estonia	under 18	M	basic education	student
72	NO	Estonia	under 18	M	basic education	student
73	NO	Estonia	under 18	F	basic education	student
74	NO	Estonia	under 18	M	basic education	student
75	NO	Estonia	under 18	M	basic education	student
76	NO	Estonia	under 18	F	basic education	student
77	NO	Estonia	19 - 30	F	higher education	project manager
78	NO	Estonia	19 - 30	M	higher education	land manager
79	NO	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	mechanic
80	NO	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	official
81	NO	Estonia	19 - 30	M	basic education	builder
82	NO	Estonia	19 - 30	F	basic education	customer service
83	NO	Estonia	19 - 30	F	higher education	teacher
84	NO	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	specialist
85	NO	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	civil service
86	NO	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
87	YES - YES - A - YES	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
88	YES - YES - A - YES	Estonia	over 61	F	upper secondary edu.	specialist
89	YES - YES - B - YES	Estonia	31 - 45	f	upper secondary edu.	entrepreneur
90	YES - YES - B - YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	librarian
91	YES - YES - B - YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	baker
92	YES - YES - B - YES	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
93	YES - YES - B - YES	Estonia	over 61	F	basic education	retired
94	YES - YES - B - YES	Estonia	over 61	F	basic education	
95	YES - YES - B - YES	Estonia	over 61	M	basic education	driver
96	YES - YES - C - YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
97	YES - YES - C - YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	postman
98	YES - YES - C - YES	Estonia	31 - 45	M	upper secondary edu.	employee
99	YES - YES - C - YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	seller
100	YES - YES - C - YES	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
101	NO - NO - NO	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
102	NO	Latvia	19 - 30	M	higher education	entrepreneur
103	NO	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
104	NO	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
105	NO	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
106	NO	Latvia	19 - 30	F	higher education	shop assistant
107	NO	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	expert
108	NO	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student



Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



**REGIONE
PIEMONTE**

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

109	NO	Latvia	under 18	M	upper secondary edu.	student
110	NO	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
111	NO	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
112	NO	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
113	NO	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	entrepreneur
114	NO - NO - NO	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
115	NO - NO - NO	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
116	YES - NO - NO	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
117	YES - NO - NO	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
118	YES - NO - NO	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
119	YES - NO - NO	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
120	YES - NO - NO	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
121	YES - NO - NO	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
122	YES - NO - NO	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
123	YES - NO - NO	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	public transport expert
124	YES - NO - YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
125	YES - NO - YES	Latvia	19 - 30	F	higher education	
126	YES - NO - YES	Latvia	19 - 30	M	higher education	project manager
127	YES - YES - A - NO	Latvia	46 - 60	M	upper secondary edu.	lawyer
128	YES - YES - A - NO	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	trainer, sport judge
129	YES - YES - A - YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
130	YES - YES - B - YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
131	YES - YES - C - NO	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
132	NO	Italy	19 - 30	f	higher education	lawyer
133	NO	Italy	19 - 30	M	higher education	architect
134	NO	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	bartender
135	NO	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
136	NO	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
137	NO	Italy	19 - 30	F	higher education	employee
138	NO	Italy	19 - 30	F	lower secondary edu.	student
139	NO	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
140	NO	Italy	under 18	N	lower secondary edu.	student
141	NO	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
142	NO	Italy	31 - 46	F	upper secondary edu.	employee
143	NO	Italy	46 - 60	F	higher education	employee
144	NO	Italy	31 - 45	F	higher education	teacher
145	YES	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	worker
146	YES - NO	Italy	31 - 45	M	upper secondary edu.	artisan
147	YES - NO	Italy	19 - 30	F	higher education	midwife
148	YES - NO	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
149	YES - NO - NO	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	cashier
150	YES - YES - A	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
151	YES - YES - A	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
152	YES - YES - B	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
153	YES - YES - B	Italy	over 61	M	lower secondary edu.	retired (ex worker)
154	YES - YES - B	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	housewife
155	YES - YES - B - YES	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	warehouse worker
156	YES - YES - B - YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
157	YES - YES - B - YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
158	YES - YES - C	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	employee
159	YES - YES - C	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	employee
160	YES - YES - C - YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
161	YES - YES - C - YES	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	shop assistant



Palencia Nordic
Walking



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 2.10

10) Pensi che lo sport sia uno strumento di inclusione sociale?

		COUNTRY	AGE	GENDER	EDUCATIONAL LEVEL	JOB
1	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
2	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
3	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
4	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
5	YES	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
6	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
7	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
8	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
9	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
10	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
11	YES	Spain	31 - 45	M	higher education	engineer
12	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	directive
13	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
14	YES	Spain	46 - 60	f	higher education	bank
15	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
16	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
17	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
18	YES	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
19	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	nurse
20	YES	Spain	46 - 60	M	higher education	dentist
21	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired
22	YES	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
23	YES	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
24	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - bank
25	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
26	YES	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - former worker
27	YES	Spain	46 - 60	M	compulsory secondary edu.	dealer
28	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
29	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - former beautician
30	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
31	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
32	YES	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - hurse
33	YES	Portugal	31 - 45	M	higher education	economist
34	YES	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
35	YES	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	multimedia technician
36	YES	Portugal	31 - 45	M	higher education	professor
37	YES	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
38	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	teacher
39	YES	Portugal	over 61	F	upper secondary edu.	retired
40	YES	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	technician
41	YES	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	seller
42	YES	Angola	31 - 45	M	upper secondary edu.	school assistant
43	YES	Poland	19 - 30	f	upper secondary edu.	teacher
44	YES	Portugal	46 - 60	F	higher education	professor
45	YES	Portugal	46 - 60	F	higher education	retirement home manager
46	YES	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
47	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	professor
48	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	nurse
49	YES	Portugal	19 - 30	M	higher education	psychologist
50	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	psychologist
51	YES	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	secure force
52	YES	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
53	NO	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

54	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
55	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	teacher
56	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	hairdresser
57		Portugal	31 - 45	f	basic education	cleaning lady
58	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
59	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	beautician
60	YES	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
61	YES	Portugal	under 18	M	upper secondary edu.	student
62	YES	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
63	YES	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
64		Portugal	under 18	f	basic education	student
65	YES	Spain	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
66	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	engineer
67	YES	Portugal	19 - 30	F	higher education	student
68	YES	Portugal	19 - 30	F	higher education	
69	YES	Portugal	under 18	f	basic education	student
70	YES	Portugal	31 - 45	F	higher education	physiotherapist
71	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
72	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
73	YES	Estonia	under 18	F	basic education	student
74	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
75	YES	Estonia	under 18	M	basic education	student
76	YES	Estonia	under 18	F	basic education	student
77	YES	Estonia	19 - 30	F	higher education	project manager
78	YES	Estonia	19 - 30	M	higher education	land manager
79	YES	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	mechanic
80	YES	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	official
81	YES	Estonia	19 - 30	M	basic education	builder
82	YES	Estonia	19 - 30	F	basic education	customer service
83	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
84	YES	Estonia	31 - 45	f	upper secondary edu.	entrepreneur
85	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	librarian
86	YES	Estonia	19 - 30	F	higher education	teacher
87	YES	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	postman
88	YES	Estonia	31 - 45	M	upper secondary edu.	employee
89	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	specialist
90	YES	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
91	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	seller
92	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	baker
93	YES	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
94	YES	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	civil service
95	YES	Estonia	over 61	F	upper secondary edu.	specialist
96	YES	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
97	YES	Estonia	over 61	F	basic education	retired
98		Estonia	over 61	F	basic education	
99	YES	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
100	NO	Estonia	over 61	M	basic education	driver
101	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
102	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
103	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	entrepreneur
104	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
105	YES	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
106	YES	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
107	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
108	YES	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
109	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
110	YES	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

111	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
112	YES	Latvia	19 - 30	M	higher education	entrepreneur
113	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
114	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
115	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
116	YES	Latvia	19 - 30	F	higher education	
117	YES	Latvia	19 - 30	F	higher education	shop assistant
118	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
119	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	expert
120	YES	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
121	YES	Latvia	under 18	M	upper secondary edu.	student
122	YES	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
123	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	public transport expert
124	YES	Latvia	46 - 60	M	upper secondary edu.	lawyer
125	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	trainer, sport judge
126	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
127	YES	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
128	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
129	YES	Latvia	19 - 30	M	higher education	project manager
130	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
131	YES	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
132	YES	Italy	19 - 30	f	higher education	lawyer
133	YES	Italy	31 - 45	M	upper secondary edu.	artisan
134	YES	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
135	YES	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
136	YES	Italy	19 - 30	M	higher education	architect
137	YES	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	bartender
138	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	cashier
139	YES	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	employee
140	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
141	YES	Italy	19 - 30	F	higher education	midwife
142	YES	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
143	YES	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	warehouse worker
144	YES	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	shop assistant
145	YES	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
146	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
147	YES	Italy	over 61	M	lower secondary edu.	retired (ex worker)
148	YES	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	employee
149	YES	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	housewife
150	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
151	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
152	YES	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	worker
153	YES	Italy	19 - 30	F	higher education	employee
154	YES	Italy	19 - 30	F	lower secondary edu.	student
155	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
156	YES	Italy	under 18	N	lower secondary edu.	student
157	YES	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
158	YES	Italy	31 - 46	F	upper secondary edu.	employee
159	YES	Italy	46 - 60	F	higher education	employee
160	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
161	YES	Italy	31 - 45	F	higher education	teacher

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 2.11

11) Sul tuo territorio sono proposte iniziative per promuovere l'attività fisica per gli anziani, per i malati cronici (ad esempio diabete, obesità, ...) o gruppi con speciali necessità (disabili, immigrati, persone svantaggiate, ...)? Se si conosci il tipo di iniziative? Se no o se non lo sai pensi che possano essere utili? Hai dei consigli?

64

		COUNTRY	AGE	GENDER	EDUCATIONAL LEVEL	JOB
1	I DON'T KNOW	Estonia	under 18	M	basic education	student
2	I DON'T KNOW	Estonia	under 18	M	basic education	student
3	I DON'T KNOW	Estonia	under 18	F	basic education	student
4	I DON'T KNOW	Estonia	under 18	M	basic education	student
5	I DON'T KNOW	Estonia	under 18	M	basic education	student
6	I DON'T KNOW	Estonia	under 18	F	basic education	student
7	I DON'T KNOW	Estonia	19 - 30	F	higher education	project manager
8	I DON'T KNOW	Estonia	19 - 30	M	higher education	land manager
9	I DON'T KNOW	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	mechanic
10	I DON'T KNOW	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	official
11	I DON'T KNOW	Estonia	19 - 30	M	basic education	builder
12	I DON'T KNOW	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
13	I DON'T KNOW	Estonia	31 - 45	f	upper secondary edu.	entrepreneur
14	I DON'T KNOW	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
15	I DON'T KNOW	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	seller
16	I DON'T KNOW	Estonia	over 61	F	upper secondary edu.	specialist
17	I DON'T KNOW	Estonia	over 61	F	basic education	
18	I DON'T KNOW	Estonia	over 61	M	basic education	driver
19	YES - A	Estonia	over 61	F	basic education	retired
20	YES - B	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	specialist
21	YES - B - C	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
22	YES - C	Estonia	19 - 30	F	basic education	customer service
23	YES - C	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	librarian
24	YES - C	Estonia	19 - 30	F	higher education	teacher
25	YES - C	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	postman
26	YES - C	Estonia	31 - 45	M	upper secondary edu.	employee
27	YES - C	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	baker
28	YES - C	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	civil service
29	YES - C	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
30	YES - C	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
31	YES - A	Italy	19 - 30	f	higher education	lawyer
32	I DON'T KNOW	Italy	31 - 45	M	upper secondary edu.	artisan
33	YES - C	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
34	YES - A	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
35	YES - A	Italy	19 - 30	M	higher education	architect
36	I DON'T KNOW	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	bartender
37	NO	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	cashier
38	NO	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	employee
39	YES - A	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
40	YES - A	Italy	19 - 30	F	higher education	midwife
41	YES - A	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
42	NO	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	warehouse worker
43	I DON'T KNOW	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	shop assistant
44	YES - A	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
45	YES	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
46	YES - A	Italy	over 61	M	lower secondary edu.	retired (ex worker)
47	I DON'T KNOW	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	employee
48	YES - A	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	housewife
49	YES - A	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

50	I DON'T KNOW	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
51	I DON'T KNOW	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	worker
52	YES - A	Italy	19 - 30	F	higher education	employee
53	I DON'T KNOW	Italy	19 - 30	F	lower secondary edu.	student
54	I DON'T KNOW	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
55	YES - A	Italy	under 18	N	lower secondary edu.	student
56	I DON'T KNOW	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
57	I DON'T KNOW	Italy	31 - 46	F	upper secondary edu.	employee
58	YES - A	Italy	46 - 60	F	higher education	employee
59	YES - A	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
60	I DON'T KNOW	Italy	31 - 45	F	higher education	teacher
61	I DON'T KNOW	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
62	I DON'T KNOW	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	entrepreneur
63	I DON'T KNOW	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
64	I DON'T KNOW	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
65	I DON'T KNOW	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
66	I DON'T KNOW	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
67	I DON'T KNOW	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
68	I DON'T KNOW	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
69	I DON'T KNOW	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
70	I DON'T KNOW	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
71	I DON'T KNOW	Latvia	19 - 30	M	higher education	entrepreneur
72	I DON'T KNOW	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
73	I DON'T KNOW	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
74	I DON'T KNOW	Latvia	19 - 30	F	higher education	shop assistant
75	I DON'T KNOW	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	public transport expert
76	I DON'T KNOW	Latvia	46 - 60	M	higher education	lawyer
77	I DON'T KNOW	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
78	I DON'T KNOW	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
79	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
80	YES	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	expert
81	YES - A	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
82	YES - A - B	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
83	YES - A - B	Latvia	under 18	M	upper secondary edu.	student
84	YES - A - B	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
85	YES - A - B	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
86	YES - A - B - C	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
87	YES - A - B - C	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
88	YES - A - C	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
89	YES - B	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	trainer, sport judge
90	YES - C	Latvia	19 - 30	F	higher education	
91	YES - C	Latvia	19 - 30	M	higher education	project manager
92	NO	Poland	19 - 30	f	upper secondary edu.	teacher
93	I DON'T KNOW	Portugal	31 - 45	M	higher education	economist
94	I DON'T KNOW	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
95	I DON'T KNOW	Portugal	over 61	F	upper secondary edu.	retired
96	I DON'T KNOW	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	seller
97	I DON'T KNOW	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
98	I DON'T KNOW	Portugal	31 - 45	F	higher education	psychologist
99	I DON'T KNOW	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	secure force
100	I DON'T KNOW	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
101	I DON'T KNOW	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
102	I DON'T KNOW	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	hairdresser
103	I DON'T KNOW	Portugal	31 - 45	f	basic education	cleaning lady
104	I DON'T KNOW	Portugal	under 18	M	upper secondary edu.	student
105	I DON'T KNOW	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
106	I DON'T KNOW	Portugal	under 18	f	basic education	student



Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

107	I DON'T KNOW	Portugal	31 - 45	F	higher education	engineer
108	I DON'T KNOW	Portugal	19 - 30	F	basic education	student
109	I DON'T KNOW	Portugal	under 18	f	basic education	student
110	NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	teacher
111	NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	professor
112	NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	physiotherapist
113	YES	Portugal	46 - 60	F	higher education	professor
114	YES - A	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	multimedia technician
115	YES - A	Portugal	31 - 45	M	higher education	professor
116	YES - A	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	technician
117	YES - A	Portugal	46 - 60	F	higher education	retirement home manager
118	YES - A	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
119	YES - A	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
120	YES - A	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	beautician
121	YES - A	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
122	YES - A	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
123	YES - A - B	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	teacher
124	YES - A - C	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
125	YES - C	Portugal	19 - 30	M	higher education	psychologist
126		Portugal	19 - 30	F	higher education	
127	NO	France	31 - 45	F	upper secondary edu.	nurse
128	NO	Angola	31 - 45	M	basic education	school assistant
129	I DON'T KNOW	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
130	I DON'T KNOW	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
131	I DON'T KNOW	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
132	I DON'T KNOW	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
133	I DON'T KNOW	Spain	31 - 45	M	higher education	engineer
134	I DON'T KNOW	Spain	46 - 60	M	higher education	directive
135	I DON'T KNOW	Spain	46 - 60	M	higher education	dentist
136	I DON'T KNOW	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - worker
137	I DON'T KNOW	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
138	NO	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
139	NO	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
140	NO	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
141	NO	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - worker
142	NO	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
143	NO	Spain	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
144	YES - A	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
145	YES - A	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
146	YES - A	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
147	YES - A	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
148	YES - A	Spain	46 - 60	f	higher education	bank
149	YES - A	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
150	YES - A	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
151	YES - A	Spain	46 - 60	M	compulsory secondary edu.	dealer
152	YES - A	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
153	YES - A	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - beautician
154	YES - A	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - nurse
155	YES - B	Spain	46 - 60	M	higher education	nurse
156	YES - B	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired
157	YES - B	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - bank
158	YES - B-C	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
159	YES - C	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
160	YES - C	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
161	YES - A	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 2.12

12) Come vai al lavoro/scuola?

		COUNTRY	AGE	GENDER	EDUCATIONAL LEVEL	JOB
1	BIKE	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	postman
2	CAR	Estonia	19 - 30	M	higher education	land manager
3	CAR	Estonia	19 - 30	M	basic education	builder
4	CAR	Estonia	31 - 45	f	upper secondary edu.	entrepreneur
5	CAR	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	librarian
6	CAR	Estonia	19 - 30	F	higher education	teacher
7	CAR	Estonia	31 - 45	M	upper secondary edu.	employee
8	CAR	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
9	CAR	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	seller
10	CAR	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
11	CAR	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	civil service
12	CAR	Estonia	over 61	F	upper secondary edu.	specialist
13	CAR	Estonia	over 61	M	basic education	driver
14	FOOT	Estonia	under 18	M	basic education	student
15	FOOT	Estonia	under 18	F	basic education	student
16	FOOT	Estonia	under 18	M	basic education	student
17	FOOT	Estonia	under 18	F	basic education	student
18	FOOT	Estonia	19 - 30	F	basic education	student
19	FOOT	Estonia	19 - 30	M	basic education	student
20	FOOT	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	official
21	FOOT	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
22	FOOT	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	specialist
23	FOOT	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	baker
24	FOOT	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
25	FOOT	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
26	FOOT	Estonia	over 61	F	basic education	retired
27	FOOT	Estonia	over 61	F	basic education	
28	PUBLIC T.	Estonia	under 18	M	basic education	student
29	PUBLIC T.	Estonia	under 18	M	basic education	student
30	PUBLIC T.	Estonia	19 - 30	F	basic education	customer service
31	BIKE	Italy	19 - 30	M	higher education	architect
32	BIKE	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	employee
33	BIKE	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
34	BIKE	Italy	over 61	M	lower secondary edu.	retired (ex worker)
35	CAR	Italy	31 - 45	M	upper secondary edu.	artisan
36	CAR	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
37	CAR	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	cashier
38	CAR	Italy	19 - 30	F	higher education	midwife
39	CAR	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	warehouse worker
40	CAR	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	shop assistant
41	CAR	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
42	CAR	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
43	CAR	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	employee
44	CAR	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	worker
45	CAR	Italy	19 - 30	F	higher education	employee
46	CAR	Italy	19 - 30	F	lower secondary edu.	student
47	CAR	Italy	31 - 46	F	upper secondary edu.	employee
48	CAR	Italy	46 - 60	F	higher education	employee
49	CAR	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
50	CAR	Italy	31 - 45	F	higher education	teacher
51	FOOT	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
52	FOOT	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	housewife
53	FOOT	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

54	FOOT	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
55	FOOT	Italy	under 18	N	lower secondary edu.	student
56	FOOT	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
57	PUBLIC T.	Italy	19 - 30	f	higher education	lawyer
58	PUBLIC T.	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
59	PUBLIC T.	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	bartender
60	PUBLIC T.	Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
61	CAR	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	entrepreneur
62	CAR	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
63	CAR	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
64	CAR	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
65	CAR	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
66	CAR	Latvia	19 - 30	M	higher education	entrepreneur
67	CAR	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	public transport expert
68	CAR	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	trainer, sport judge
69	CAR	Latvia	19 - 30	M	higher education	project manager
70	FOOT	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
71	FOOT	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
72	FOOT	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
73	FOOT	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
74	FOOT	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
75	FOOT	Latvia	19 - 30	F	higher education	
76	FOOT	Latvia	19 - 30	F	higher education	shop assistant
77	FOOT	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	expert
78	FOOT	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
79	FOOT	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
80	FOOT	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
81	FOOT/BIKE	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
82	FOOT/BIKE	Latvia	under 18	M	upper secondary edu.	student
83	FOOT/BIKE	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
84	FOOT/CAR	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
85	FOOT/CAR	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
86	FOOT/CAR	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
87	FOOT/CAR	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
88	FOOT/CAR	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
89	FOOT/CAR/BIKE	Latvia	46 - 60	M	higher education	lawyer
90	PUBLIC T.	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
91	PUBLIC T.	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
92	CAR	Poland	19 - 30	f	upper secondary edu.	teacher
93	CAR	Portugal	31 - 45	M	higher education	economist
94	CAR	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	multimedia technician
95	CAR	Portugal	31 - 45	M	higher education	professore
96	CAR	Portugal	over 61	F	upper secondary edu.	retired
97	CAR	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	technician
98	CAR	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	seller
99	CAR	Portugal	46 - 60	F	higher education	retirement home manager
100	CAR	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
101	CAR	Portugal	31 - 45	F	higher education	professore
102	CAR	Portugal	19 - 30	M	higher education	psychologist
103	CAR	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	secure force
104	CAR	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
105	CAR	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
106	CAR	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	teacher
107	CAR	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	hairdresser
108	CAR	Portugal	31 - 45	f	basic education	cleaning lady
109	CAR	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
110	CAR	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	beautician



Palencia Nordic
Walking





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

111	CAR	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
112	CAR	Portugal	under 18	M	upper secondary edu.	student
113	CAR	Portugal	19 - 30	F	higher education	
114	CAR	Portugal	under 18	f	basic education	studente
115	CAR	Portugal	31 - 45	F	higher education	physiotherapist
116	CAR	Portugal	31 - 45	F	higher education	psychologist
117	FOOT	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
118	FOOT	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
119	FOOT	Portugal	31 - 45	F	higher education	teacher
120	FOOT	Portugal	46 - 60	F	higher education	professore
121	FOOT	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
122	FOOT	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
123	FOOT	Portugal	under 18	f	basic education	studente
124	FOOT	Portugal	31 - 45	F	higher education	engineer
125	FOOT	Portugal	19 - 30	F	higher education	student
126	PUBLIC T.	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
127	FOOT	Angola	31 - 45	M	basic education	school assistant
128	CAR	France	31 - 45	F	upper secondary edu.	nurse
129	BIKE	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
130	BIKE	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
131	CAR	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
132	CAR	Spain	31 - 45	M	higher education	engineer
133	CAR	Spain	46 - 60	M	higher education	directive
134	CAR	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
135	CAR	Spain	46 - 60	M	higher education	nurse
136	CAR	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
137	CAR	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - bank
138	CAR	Spain	46 - 60	M	compulsory secondary edu.	dealer
139	CAR	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
140	CAR	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - nurse
141	FOOT	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
142	FOOT	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
143	FOOT	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
144	FOOT	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
145	FOOT	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
146	FOOT	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
147	FOOT	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
148	FOOT	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
149	FOOT	Spain	46 - 60	f	higher education	bank
150	FOOT	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
151	FOOT	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
152	FOOT	Spain	46 - 60	F	upper secondary edu.	administrative
153	FOOT	Spain	46 - 60	M	higher education	dentist
154	FOOT	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired
155	FOOT	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
156	FOOT	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
157	FOOT	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - beautician
158	FOOT	Spain	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
159	PUBLIC T.	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - worker
160	PUBLIC T.	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - worker
161	PUBLIC T.	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 2.13

13) Sono proposte iniziative sportive/attività fisica sul tuo luogo di lavoro?

		COUNTRY	AGE	GENDER	EDUCATIONAL LEVEL	JOB
1	NO	Estonia	under 18	M	basic education	student
2	NO	Estonia	under 18	M	basic education	student
3	NO	Estonia	under 18	M	basic education	student
4	NO	Estonia	under 18	F	basic education	student
5	NO	Estonia	19 - 30	M	higher education	land manager
6	NO	Estonia	19 - 30	M	basic education	builder
7	NO	Estonia	19 - 30	F	basic education	customer service
8	NO	Estonia	19 - 30	F	higher education	teacher
9	NO	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
10	NO	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	seller
11	NO	Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
12	NO	Estonia	over 61	M	basic education	driver
13	YES - A	Estonia	19 - 30	F	upper secondary edu.	project manager
14	YES - A - B	Estonia	over 61	F	upper secondary edu.	specialist
15	YES - B	Estonia	under 18	F	basic education	student
16	YES - B	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	mechanic
17	YES - B	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
18	YES - B	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	entrepreneur
19	YES - B	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	librarian
20	YES - B	Estonia	31 - 45	M	upper secondary edu.	employee
21	YES - B	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	specialist
22	YES - B	Estonia	46 - 60	M	upper secondary edu.	mechanic
23	YES - C	Estonia	19 - 30	M	upper secondary edu.	official
24	YES - C	Estonia	31 - 45	F	upper secondary edu.	postman
25	YES - C	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	baker
26	YES - C	Estonia	46 - 60	F	upper secondary edu.	civil service
27		Estonia	under 18	M	basic education	student
28		Estonia	over 61	M	upper secondary edu.	retired
29		Estonia	over 61	F	basic education	retired
30		Estonia	over 61	F	basic education	
31	NO	Italy	19 - 30	F	higher education	lawyer
32	NO	Italy	31 - 45	M	upper secondary edu.	artisan
33	NO	Italy	19 - 30	M	higher education	architect
34	NO	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	bartender
35	NO	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	cashier
36	NO	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	employee
37	NO	Italy	46 - 60	M	upper secondary edu.	warehouse worker
38	NO	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
39	NO	Italy	over 61	M	lower secondary edu.	retired (ex worker)
40	NO	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	employee
41	NO	Italy	19 - 30	M	upper secondary edu.	worker
42	NO	Italy	19 - 30	F	higher education	employee
43	NO	Italy	31 - 46	F	upper secondary edu.	employee
44	NO	Italy	46 - 60	F	higher education	employee
45	NO	Italy	31 - 45	F	higher education	teacher
46	YES - A	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
47	YES - A	Italy	19 - 30	F	higher education	midwife
48	YES - A	Italy	31 - 45	F	upper secondary edu.	shop assistant
49	YES - A	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
50	YES - A	Italy	46 - 60	F	upper secondary edu.	nurse
51	YES - C	Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired
52	YES - C	Italy	over 61	M	upper secondary edu.	retired
53		Italy	over 61	F	upper secondary edu.	retired





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

54		Italy	over 61	F	upper secondary edu.	housewife
55		Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
56		Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
57		Italy	19 - 30	F	lower secondary edu.	student
58		Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
59		Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
60		Italy	under 18	M	lower secondary edu.	student
61	NO	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
62	NO	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
63	NO	Latvia	31 - 45	M	upper secondary edu.	it expert
64	NO	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	housewife
65	NO	Latvia	19 - 30	F	higher education	
66	NO	Latvia	19 - 30	F	higher education	shop assistant
67	NO	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	expert
68	NO	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	public transport expert
69	NO	Latvia	46 - 60	M	higher education	lawyer
70	NO	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
71	YES - A	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
72	YES - B	Latvia	19 - 30	M	higher education	student
73	YES - B	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
74	YES - B	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
75	YES - B	Latvia	under 18	M	upper secondary edu.	student
76	YES - B	Latvia	under 18	F	upper secondary edu.	student
77	YES - B	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
78	YES - B	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
79	YES - B	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
80	YES - C	Latvia	19 - 30	F	higher education	student
81	YES - C	Latvia	19 - 30	M	higher education	entrepreneur
82	YES - C	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
83	YES - C	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
84	YES - C	Latvia	31 - 45	F	higher education	project manager
85	YES - C	Latvia	46 - 60	F	higher education	manager
86	YES - C	Latvia	19 - 30	M	higher education	entrepreneur
87	YES - C	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
88	YES - C	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
89	YES - C	Latvia	19 - 30	M	upper secondary edu.	trainer, sport judge
90	YES - C	Latvia	19 - 30	F	upper secondary edu.	student
91	YES - C	Latvia	19 - 30	M	higher education	project manager
92	NO	Poland	19 - 30	F	upper secondary edu.	teacher
93	NO	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
94	NO	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	multimedia technician
95	NO	Portugal	19 - 30	F	higher education	student
96	NO	Portugal	31 - 45	M	higher education	economist
97	NO	Portugal	31 - 45	M	higher education	professor
98	NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	teacher
99	NO	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	seller
100	NO	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	teacher
101	NO	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	
102	NO	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	official
103	NO	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
104	NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	engineer
105	NO	Portugal	31 - 45	F	higher education	physiotherapist
106	NO	Portugal	46 - 60	F	higher education	director
107	NO	Portugal	over 61	F	basic education	
108	NO	Portugal	under 18	M	upper secondary edu.	student
109	NO	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
110	NO	Portugal	under 18	f	basic education	student





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

111	NO	France	31 - 45	F	upper secondary edu.	nurse
112	NO	Angola	31 - 45	M	basic education	school assistant
113	YES - A - C	Portugal	46 - 60	F	higher education	professor
114	YES - A	Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
115	YES - A	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	technician
116	YES - A	Portugal	31 - 45	M	upper secondary edu.	secure force
117	YES - A	Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
118	YES - A	Portugal	under 18	F	upper secondary edu.	student
119	YES - B	Portugal	19 - 30	M	upper secondary edu.	student
120	YES - B	Portugal	31 - 45	F	higher education	professor
121	YES - C	Portugal	19 - 30	F	basic education	student
122	YES - C	Portugal	31 - 45	F	higher education	psychologist
123		Portugal	19 - 30	F	higher education	physiotherapist
124		Portugal	31 - 45	F	upper secondary edu.	beautician
125		Portugal	under 18	F	basic education	student
126		Portugal	19 - 30	F	upper secondary edu.	unemployer
127	NO	Spain	31 - 45	M	higher education	engineer
128	NO	Spain	46 - 60	M	higher education	directive
129	NO	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
130	NO	Spain	46 - 60	F	higher education	administrative
131	NO	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
132	NO	Spain	46 - 60	F	upper secondary edu.	administrative
133	NO	Spain	46 - 60	F	higher education	nurse
134	NO	Spain	46 - 60	M	higher education	dentist
135	NO	Spain	46 - 60	M	compulsory secondary edu.	dealer
136	NO	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired
137	NO	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
138	NO	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - bank
139	NO	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - worker
140	NO	Spain	over 61	M	compulsory secondary edu.	retired - worker
141	NO	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
142	NO	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - beautician
143	NO	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
144	NO	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	housewife
145	NO	Spain	over 61	F	compulsory secondary edu.	retired - nurse
146	NO	Spain	31 - 45	F	upper secondary edu.	administrative
147	YES	Spain	over 61	M	higher education	retired - bank
148	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
149	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
150	YES	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
151	YES - A	Spain	46 - 60	F	higher education	teacher
152	YES - A	Spain	46 - 60	F	higher education	bank
153	YES - A	Spain	46 - 60	M	higher education	nurse
154	YES - A	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
155	YES - A	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
156	YES - B	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
157	YES - B	Spain	under 18	M	compulsory secondary edu.	student
158	YES - C	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student
159	YES - C	Spain	under 18	F	compulsory secondary edu.	student

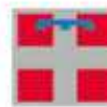




Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

ANNEX 3 - WHO Physical activity factsheet 2018

TAB. 3.1.1 – Lettonia

<http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/physical-activity/data-and-statistics/physical-activity-factsheets/physical-activity-country-fact-sheets>

73

LATVIA

PHYSICAL ACTIVITY FACTSHEET 2018



Total population
1 950 116

Median age
43.1 YEARS

GDP per capita
11 000 €



% of GDP for health: **3.7**
% of GDP for education: **5.5**
% of GDP for sports: **0.2**



Population **MALE** **45.9%**
Population **FEMALE** **54.1%**

Life expectancy **MALES** **69.8 YEARS**
Life expectancy **FEMALES** **79.6 YEARS**

Source: EUROSTAT (2018)

Success story

In 2013, Latvia established the National Healthy Municipalities Network as part of the WHO Healthy Cities Network. Since the Physical Activity Factsheet for 2018 was published, several local municipalities have joined the Network. In a total of 177 municipalities, representing 94% of all municipalities in Latvia. Each year, information on health promotion is collected through the Network, and a comprehensive annual report is published. In addition, municipalities in this network share best practices, for example, by visiting other municipalities to exchange experiences. Such activities will increase the exchange of events held at regional level. The Centre for Disease Prevention and Control, with the Ministry of Health, organises annual capacity building seminars for coordinators of the Network. In disease health promotion and disease prevention issues, including physical activity. The Network is a good example of collaboration among municipalities and local government to promote physical activity.

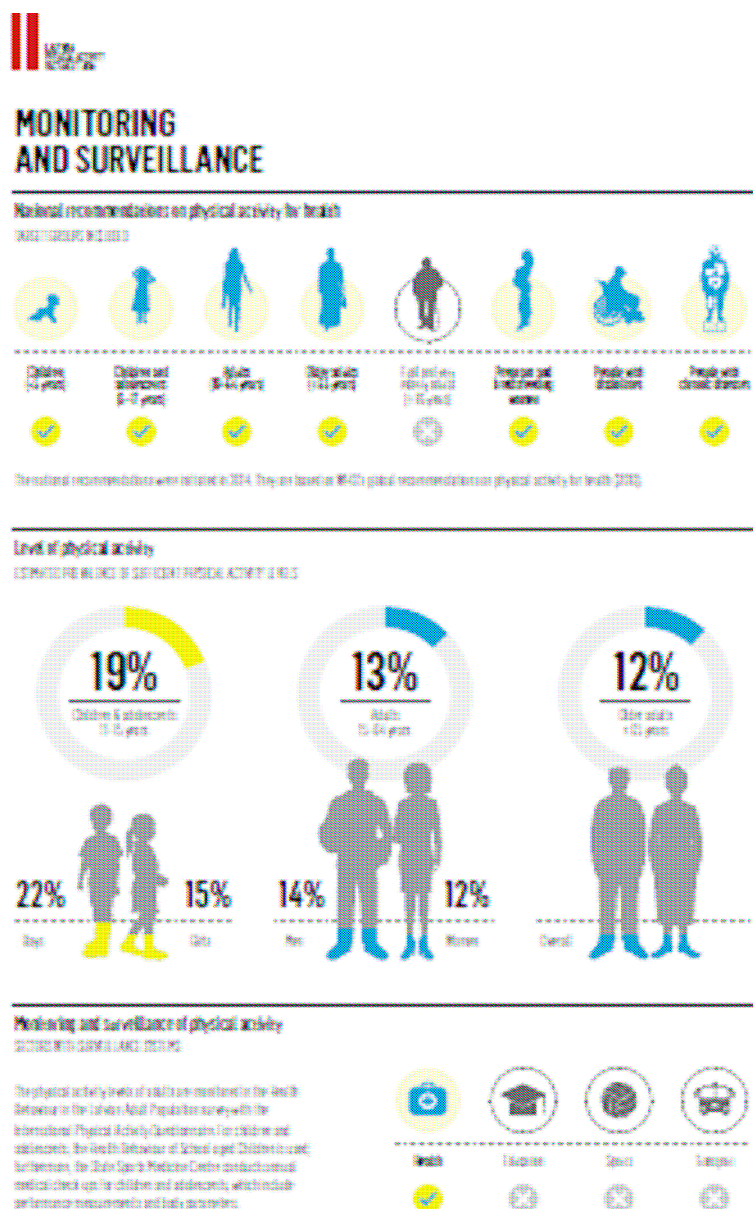


Palencia Nordic
Walking



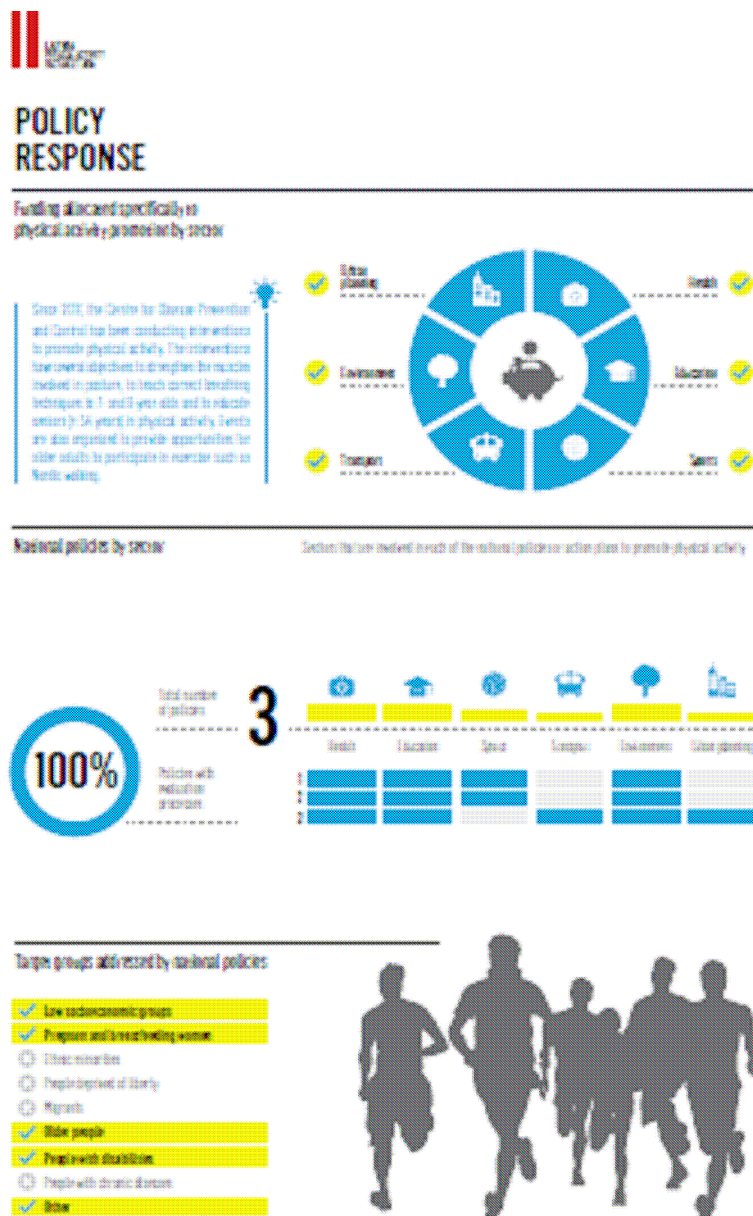
Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*
ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 3.1.2 – Lettonia



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*
ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 3.1.3 – Lettonia

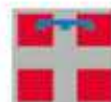




Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 3.1.4 – Lettonia

76



Physical activity promotion in the health sector

HEALTH PROFESSIONALS WHO ARE TRAINED IN PHYSICAL ACTIVITY PROMOTION



The "Exercise prescription in general practice" programme was established in 2014 by the State Sports Medicine Centre, where a training course for general practitioners was developed to ensure that they can prescribe physical activity for prevention and for patients with medical conditions. Guidelines have been prepared for prescribing physical activity for specific patient groups, such as those with cardiovascular diseases, diabetes, cancer, pulmonary diseases, osteoporosis, osteoarthritis, osteoporosis or sarcopenia, as well as for specific groups, such as young children, pregnant women and the elderly.

Latvia has been offering counselling on physical activity in the form of prescriptions for exercise from general medical practitioners since 2014. The scheme is led by the State Sports Medicine Centre and funded by the Ministry of Health. The curricular of students in all professional health training (general practitioners, nurses, public health professionals, health specialists) include physical activity promotion.

Physical activity in schools

Total hours of physical education
per week in **PRIMARY SCHOOLS**



Total hours of physical education
per week in **SECONDARY SCHOOLS**



Although there is no specific system for monitoring physical education, evaluation standards are set by regulation of study subjects in primary and secondary schools by a State standard.



Promotion of physical activity in the workplace



National awareness-raising campaigns on physical activity

HEALTH AND NATIONAL CAMPAIGNS

In 2014, a public awareness campaign and a country-wide sports event were coordinated in collaboration with non-governmental organisations to promote physical activity, healthy lifestyle and cardiovascular fitness in the adult population during the summer holidays. More than 200 000 participants were involved in various events, e.g. summer camps, street dances and gymnastics, street football tournaments, power lifting contests, family health and sports days. Continuation of this approach is under discussion.

In line with the European Union 2014–2020 planning period, a health promotion and disease prevention year has been developed with activities to promote physical activity, especially for priority target groups such as children, older adults, people with disabilities and people living in remote and rural areas. One of the planned activities is an extensive national awareness campaign on physical activity.



Palencia Nordic
Walking





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

77

TAB. 3.2.1 – Portogallo

http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0004/382576/portugal-eng.pdf?ua=1



Success story

The "U-Bike Portugal" project promotes active transport for academic communities through cycling. The Institute for Mobility and Transport coordinates the project, which rents bicycles to students and staff at academic institutions for a semester or a full academic year. The project encourages regular physical activity while reducing energy consumption and air pollution. <https://www.u-bike.pt>



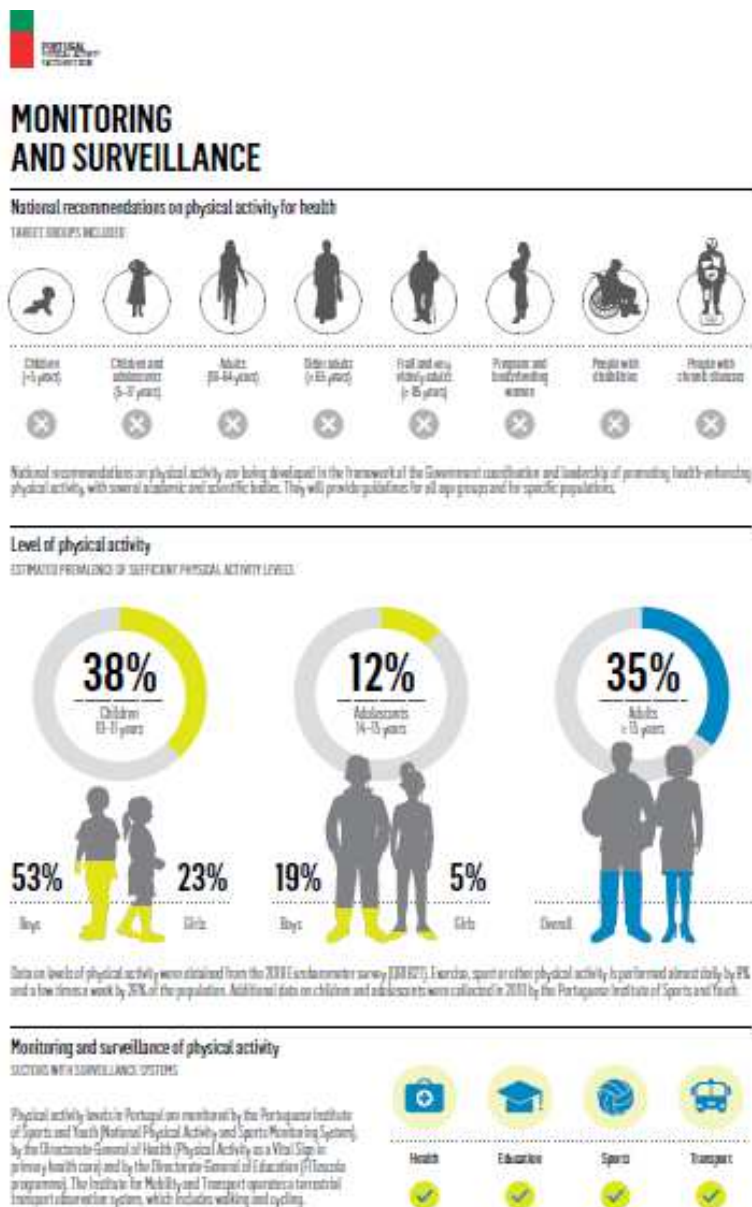
Palencia Nordic
Walking



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*
ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

78

TAB. 3.2.2 – Portogallo





Let's
FIT for a
healthy
life



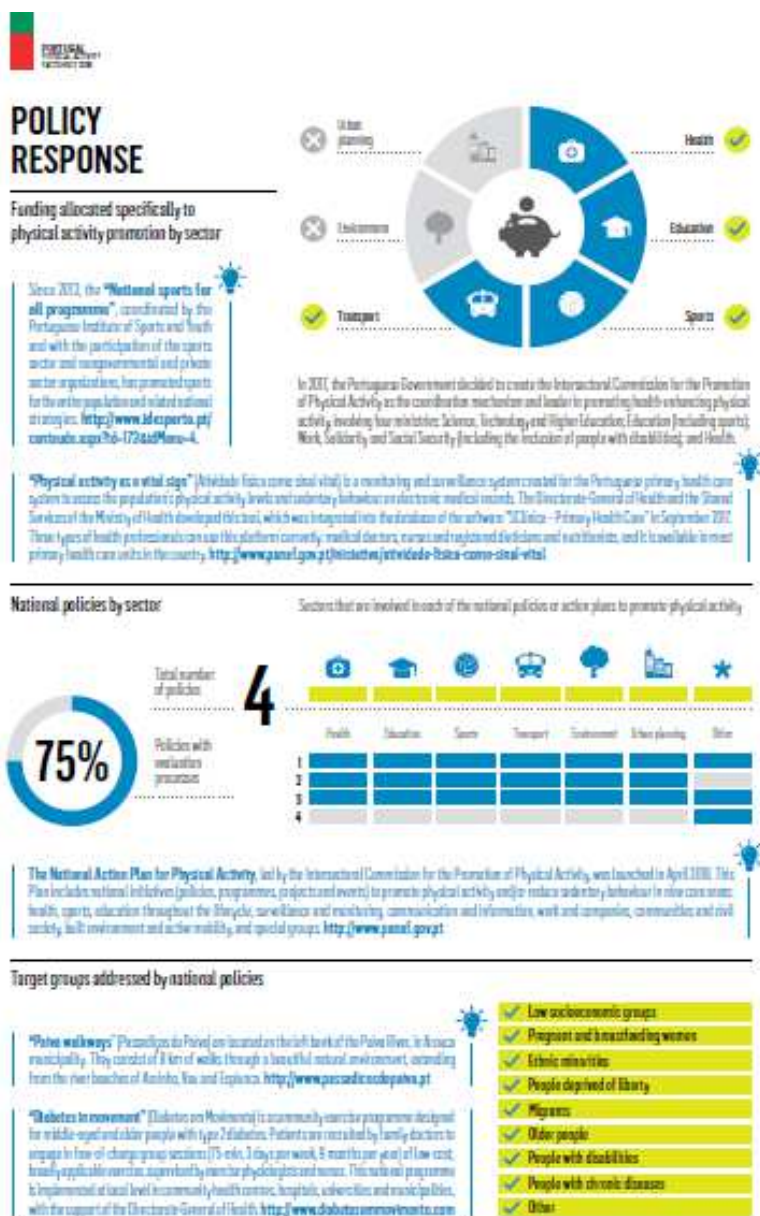
Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*
ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

79

TAB. 3.2.3 – Portogallo



Palencia Nordic
Walking

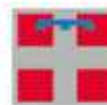




Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



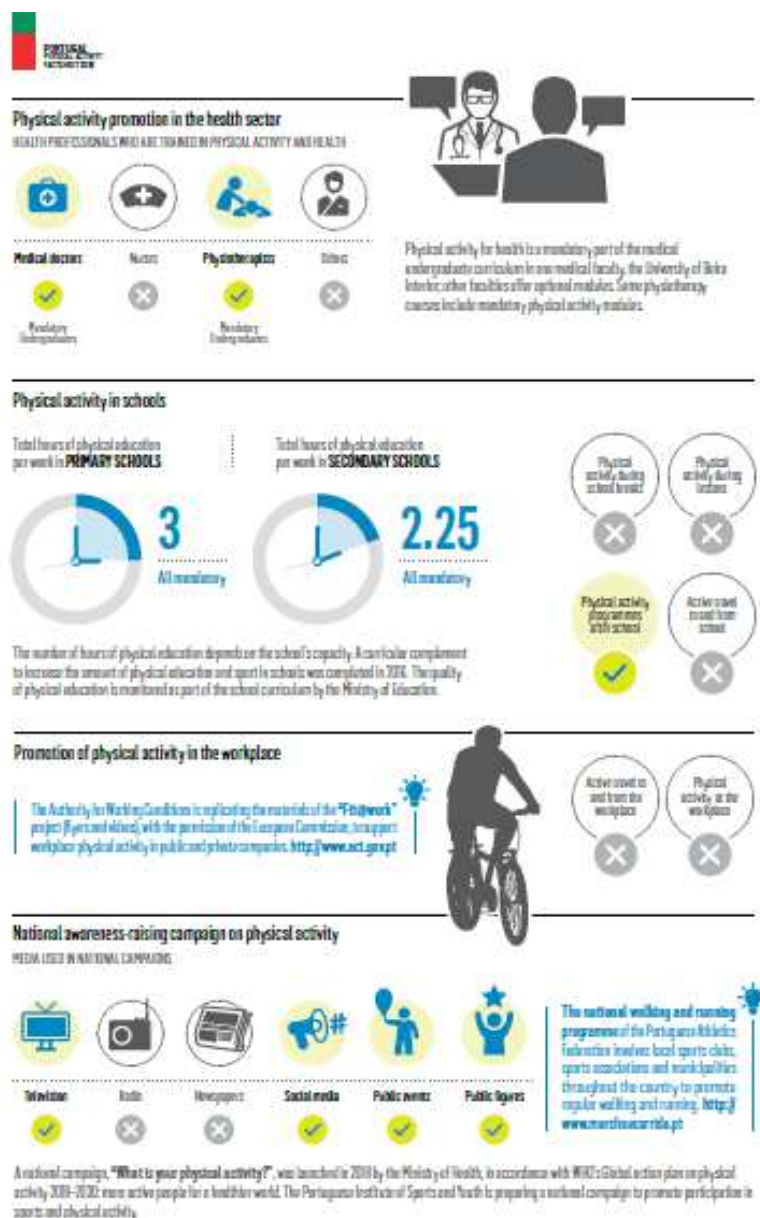
REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

80

TAB. 3.2.4 – Portogallo



Palencia Nordic
Walking





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



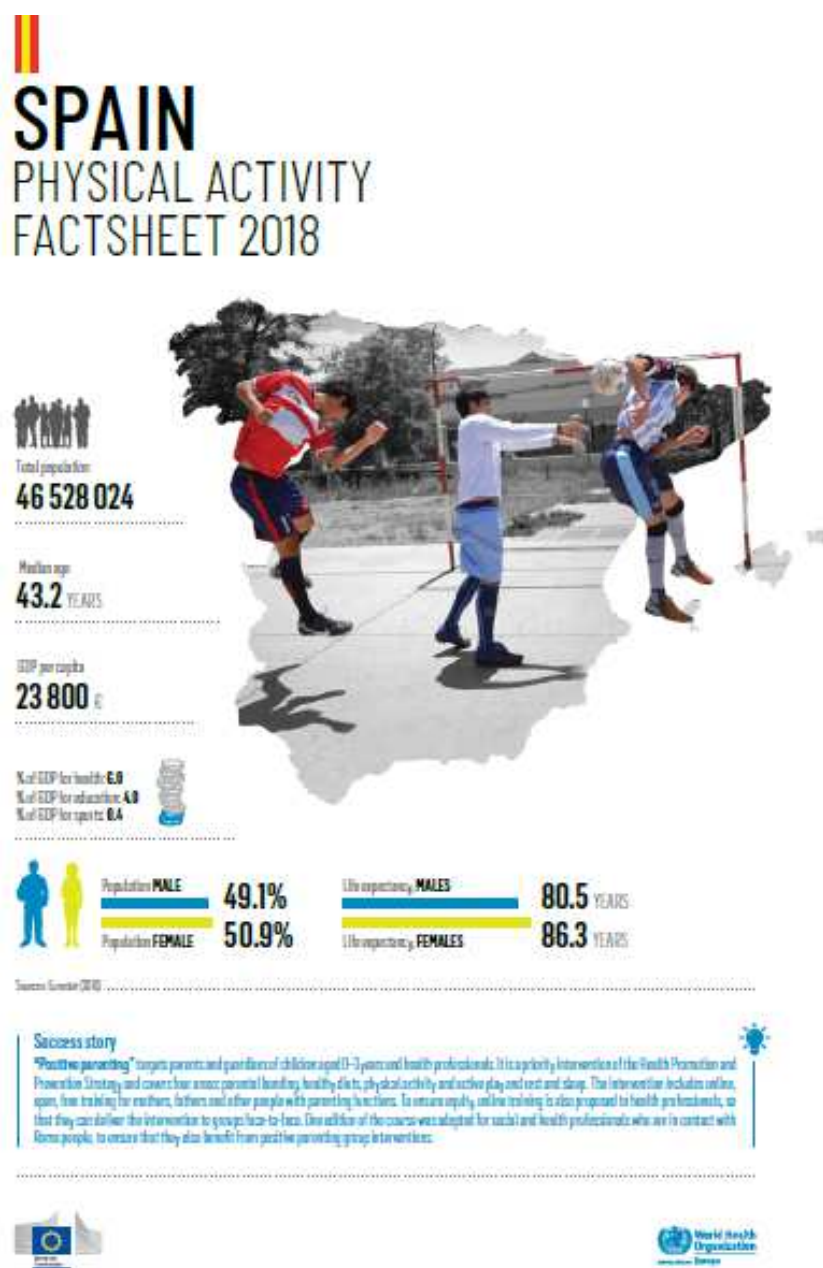
REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 3.3.1 – Spagna

http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0008/382580/spain-eng.pdf?ua=1



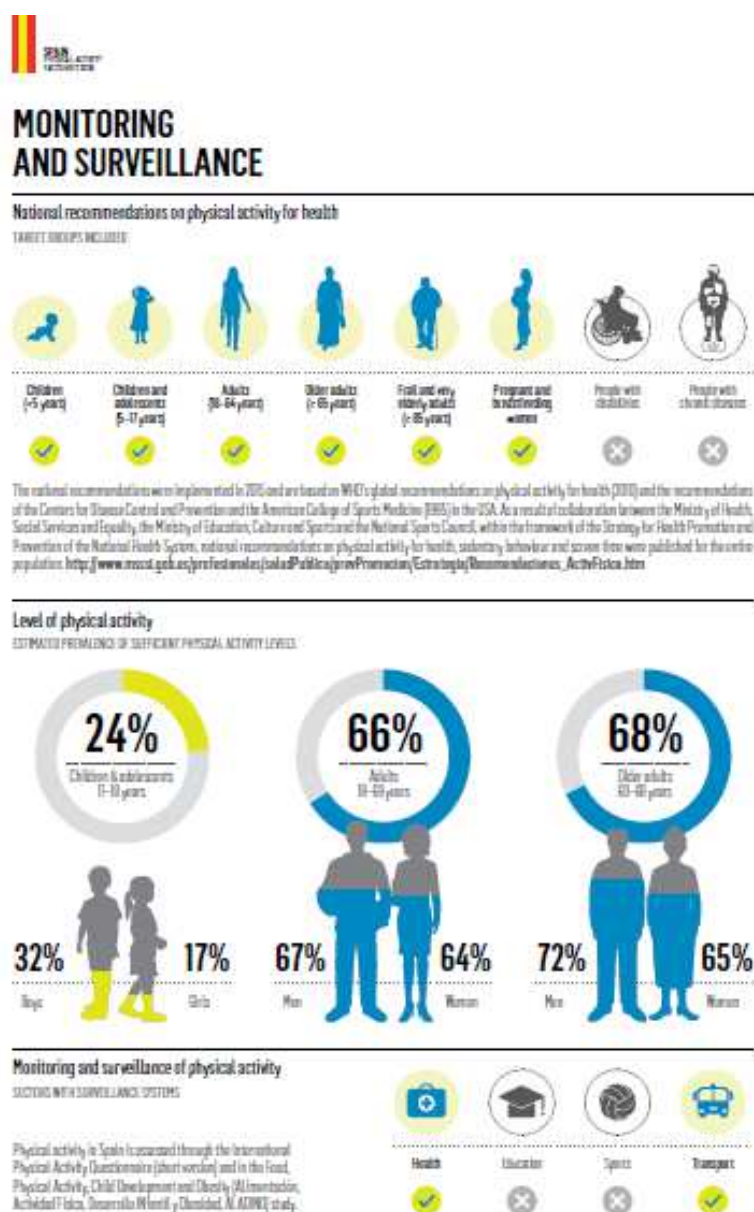
Palencia Nordic
Walking



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*
ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

82

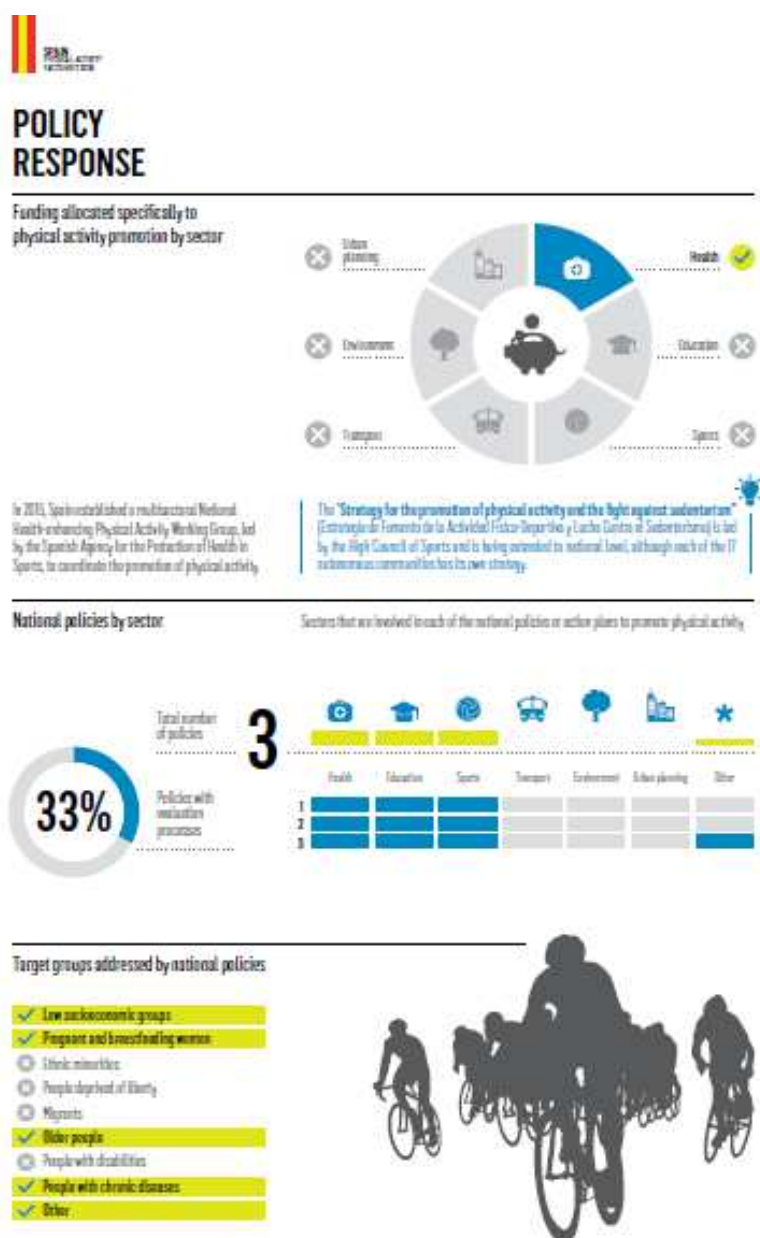
TAB. 3.3.2 – Spagna



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*
ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

83

TAB. 3.3.3 – Spagna

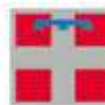




Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

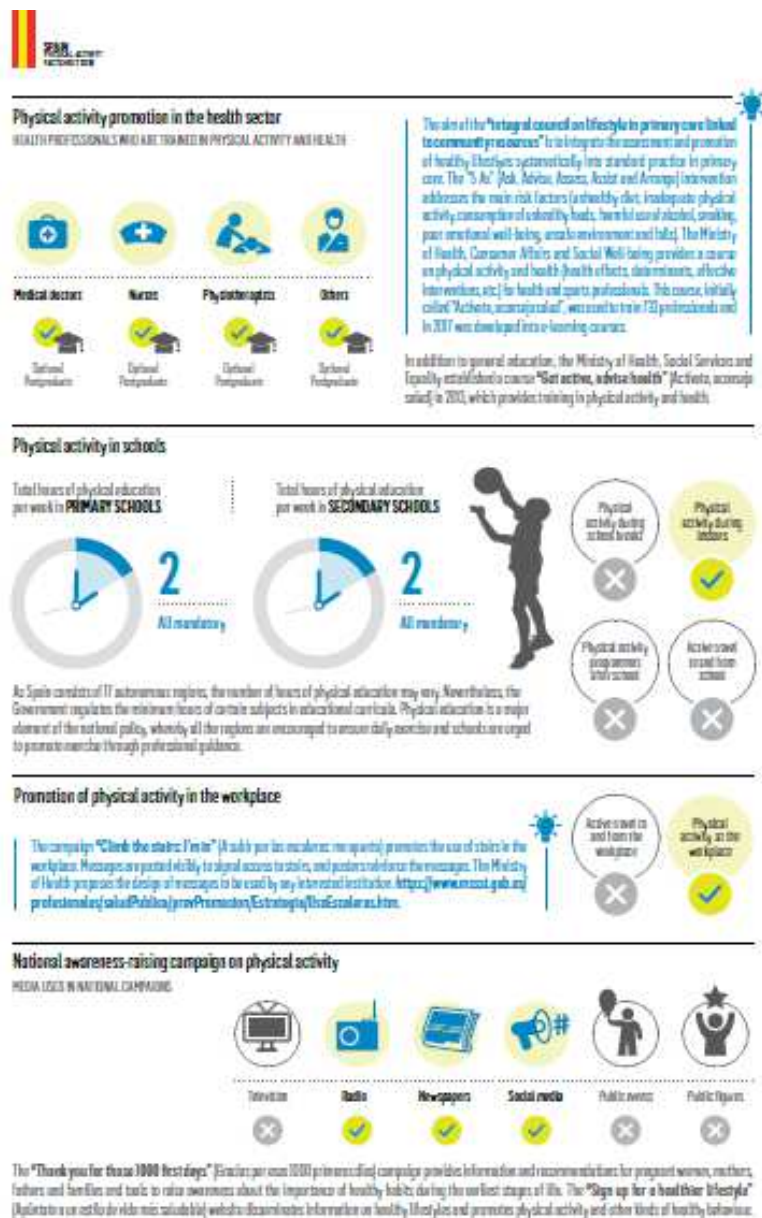
TAB. 3.3.4 – Spagna



Palencia Nordic
Walking



Let's fit healthy life! The role of sport in regenerating deprived areas
ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001



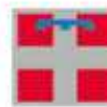
TAB. 3.4.1 – Estonia
http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0009/382374/estonia-eng.pdf?ua=1



Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

86

ESTONIA

PHYSICAL ACTIVITY FACTSHEET 2018



Total population
1 315 635

Median age
41.8 YEARS

GDP per capita
13 700 €



% of GDP for health: **5.3**
% of GDP for education: **5.9**
% of GDP for sports: **0.4**



Population **MALE** 46.9%
Population **FEMALE** 53.1%

Life expectancy **MALES** 73.3 YEARS
Life expectancy **FEMALES** 82.2 YEARS

Sources: Eurostat (2018)

Success story

"Schools in motion" is a multi-component approach to promote the physical activity of students in school through active lessons, active recess, active transport and physical education lessons supporting lifelong physical activity. Measures have been introduced to improve indoor and outdoor environments for physical activity. A key element of the project is the involvement of all school personnel, students and parents in developing the interventions.



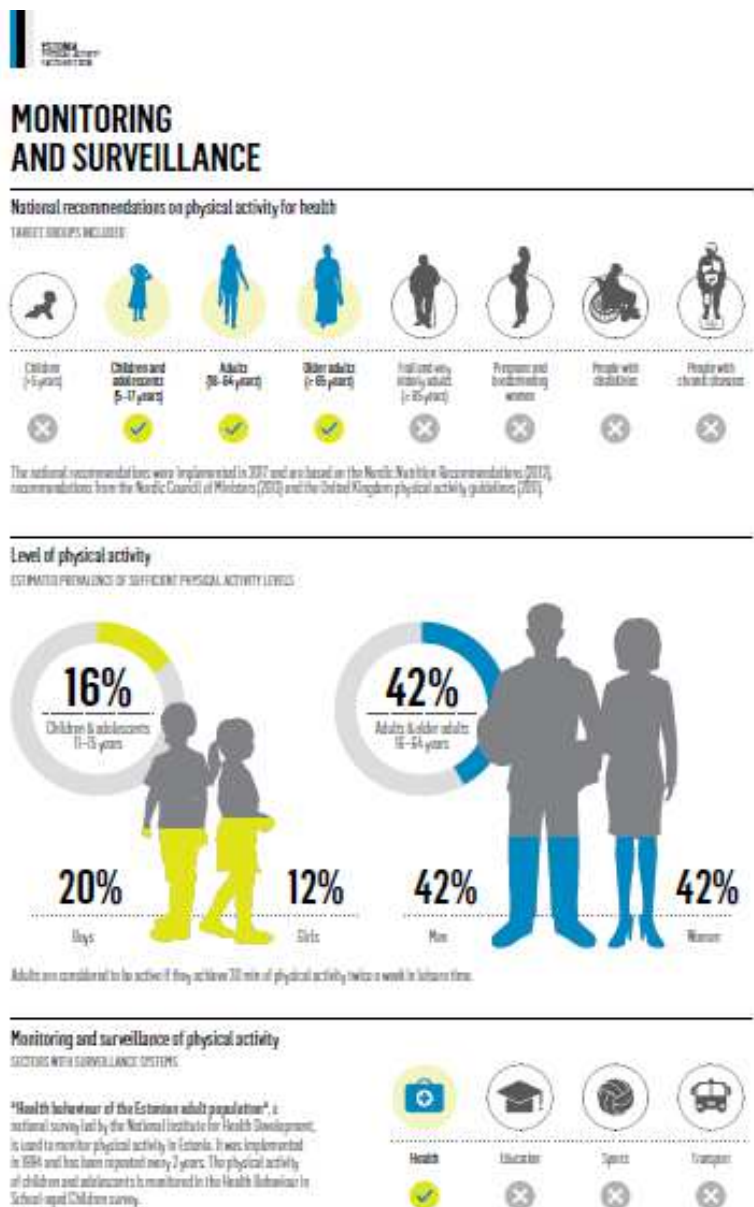
TAB. 3.4.2 – Estonia



Palencia Nordic
Walking



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*
ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001



TAB. 3.4.3 – Estonia



Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

88



POLICY RESPONSE

Funding allocated specifically to
physical activity promotion by sector

One of the aims of the **Estimote Sports Development Plan** is to reinvent physical education for the development of lifelong physical activity habits and motivation for daily activity. Previously, physical education was confined to sports; now, it focuses on developing physical literacy. <http://www.hel.fi/et/eng/eresand/sport/jaronsportsstrategia-2020>



National policies by sector

Sectors that are involved in each of the national policies or action plans to promote physical activity



Target groups addressed by national policies

- ✓ Low socioeconomic groups
- ✓ Pregnant and breast-feeding women
- ✓ Ethnic minorities
- ✓ People deprived of liberty
- ✓ Migrants
- ✓ Older people
- ✓ People with disabilities
- ✓ People with chronic diseases



Palencia Nordic
Walking

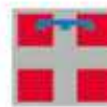




Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

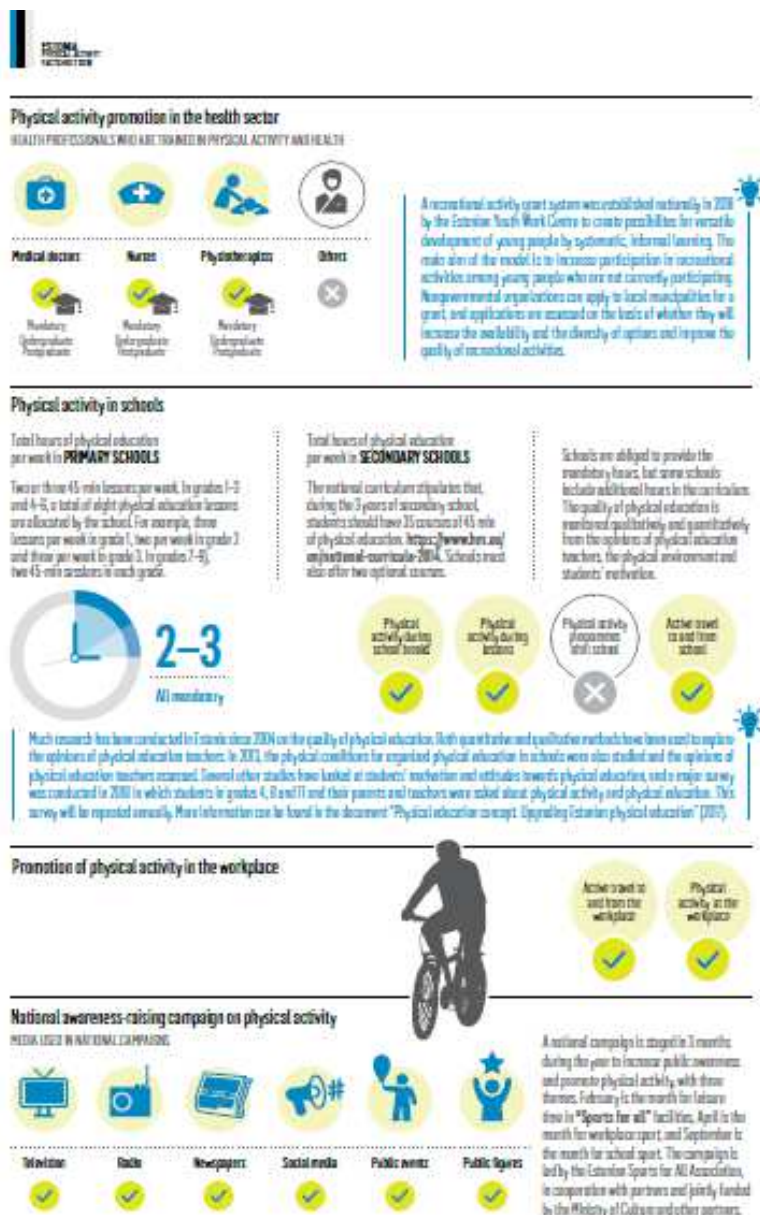


REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 3.4.4 – Estonia



89



Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

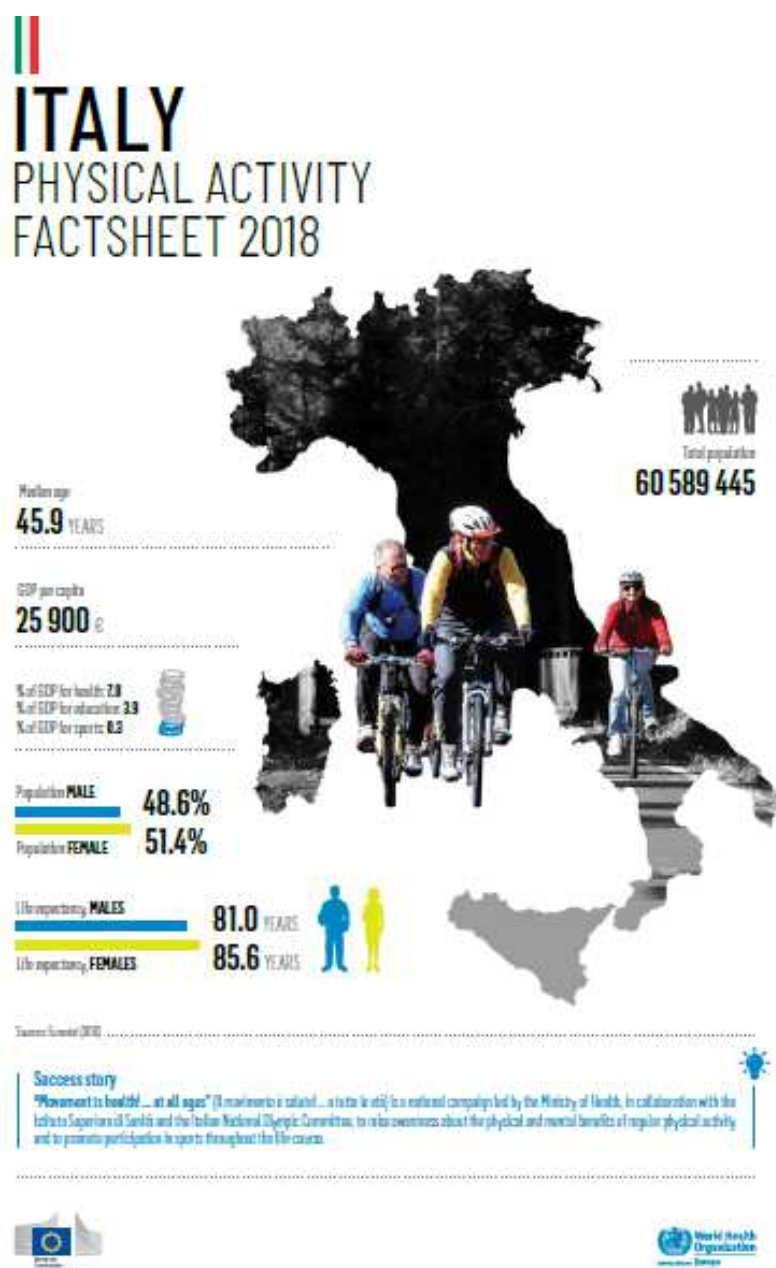
Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 3.5.1 – Italia

http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0006/382515/italy-eng.pdf?ua=1

90

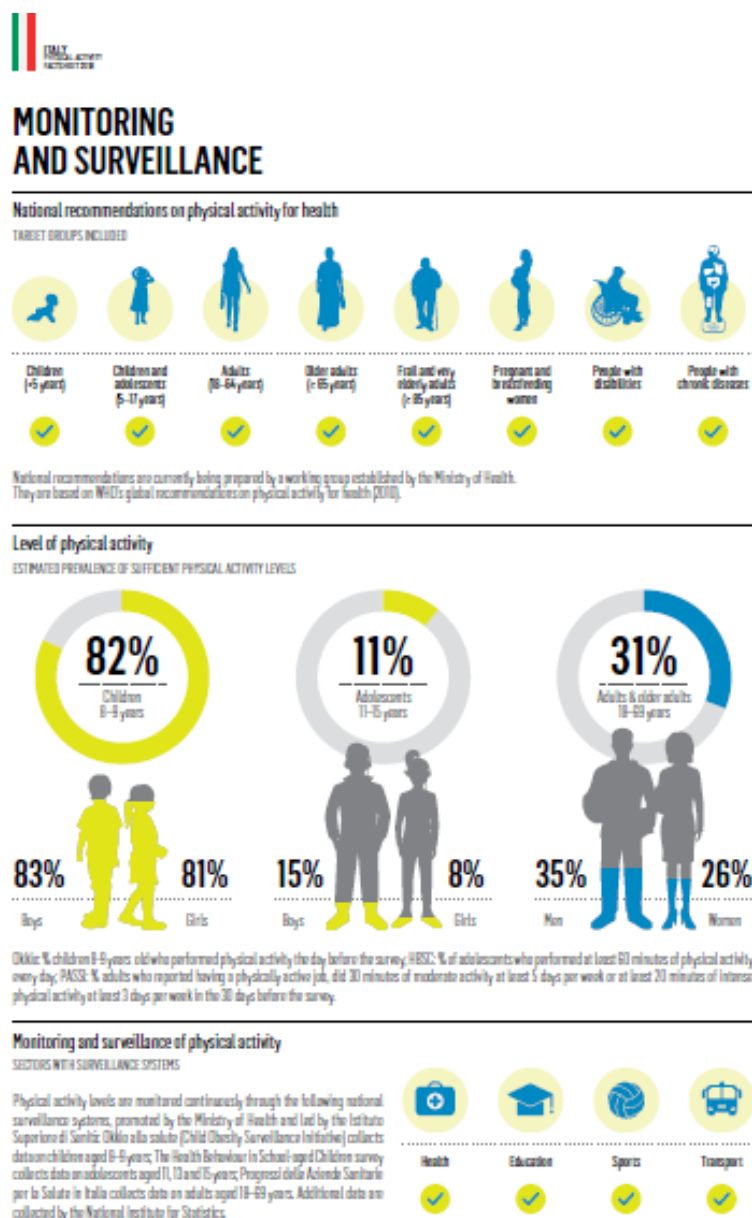


Palencia Nordic
Walking



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*
ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 3.5.2 – Italia





Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 3.5.3 – Italia

92



POLICY RESPONSE

Funding allocated specifically to
physical activity promotion by sector

The "Sport@Cinema" programme was established in 2017 to increase physical activity through sports in primary schools for multi-targeted approach for students, teachers, school principals and families. The objectives are to promote participation in sports and increase physical education and the educational values of sport. It is implemented by the Italian Ministry of Education, University and Research and the Italian National Olympic Committee.



National policies by sector

Sectors that are involved in each of the national policies or action plans to promote physical activity



Target groups addressed by national policies

- ✓ Low socioeconomic groups
- ✓ Pregnant and breastfeeding women
- ✓ Ethnic minorities
- ✓ People deprived of liberty
- ✓ Migrants
- ✓ Older people
- ✓ People with disabilities
- ✓ People with chronic diseases



The transport survey "Cammino ciclabile" was established in 2017 by the Italian Cycling Federation and is funded by the National Association of Italian Municipalities.

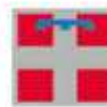




Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

TAB. 3.5.4 – Italia

93



Physical activity promotion in the health sector

HEALTH PROFESSIONALS WHO ARE TRAINED IN PHYSICAL ACTIVITY AND HEALTH



Medical doctors



National



Nurses



Physiotherapists



Others



Since 2011, the "essential levels of assistance" guaranteed by the National Health Service to Italian citizens include interventions to promote physical activity in settings such as schools, workplaces and local communities. Motivational counselling on physical activity is offered by trained health professionals.

Physical activity in schools



Total hours of physical education
per week in PRIMARY SCHOOLS



Total hours of physical education
per week in SECONDARY SCHOOLS



The promotion of "Podlano" is an action developed in several local communities to promote co-walking to school and between schools, families, municipalities and local health units. Some Associations cooperate to implement sustainable mobility projects, available to families and the entire community.



Physical activity during school transport



Physical activity during lessons



Physical activity programmes after school



Active travel to and from school

National awareness-raising campaign on physical activity

MEDIA USED IN NATIONAL CAMPAIGNS



Television



Radio



Newspapers



Social media



Public events



Public figures



Palencia Nordic
Walking

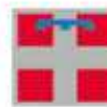




Let's
FIT for a
healthy
life



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



REGIONE
PIEMONTE

Let's fit healthy life! *The role of sport in regenerating deprived areas*

ERASMUS+ SPORT PROJECT - Collaborative Partnerships - Grant Agreement n. 2018 – 3835 /001 – 001

94

I.O1 eREPORT preparato da:

Associazione Sportiva Dilettantistica Scuola del Cammino Fitwalking Italia
(Italia)

Contatti progetto:

letsfit20@gmail.com

Sito del progetto:

www.piemonteitalia.eu

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione Europea.

Questa pubblicazione riflette solo le opinioni dell'autore e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in esso contenute.

This project has been funded with support from the European Commission.

This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Palencia Nordic
Walking

