

5



OPPORTUNITA' DI
 STARE IN PIEDI
 effetto confine / zone
 attrattive per fermarsi /
 supporti per stare in
 piedi

6



OPPORTUNITA'
DI SEDERSI,
Luoghi attrattivi per
sedersi
sfruttare i vantaggi: bella
visuale, persone luce,
sole / ombra
buoni posti a sedere
arredi, panchine

7



OPPORTUNITA' DI
VEDERE
distanze visive
ragionevoli
viste interessanti
visuali senza ostacoli
illuminazione serale

8



OPPORTUNITA' DI PARLARE E ASCOLTARE

Livelli di rumore bassi
Arredi urbani che
consentono la
conversazione



OPPORTUNITA' DI
GIOCARRE E FARE
ESERCIZIO FISICO
inviti per attività creative
esercizio fisico e gioco
di giorno e di notte
d'estate e d'inverno

10



SCALA

Edifici e spazi disegnati
 alla “scala umana”

11



OPPORTUNITA' DI
GODERE DEGLI
ASPETTI POSITIVI
DEL CLIMA

ombra / sole

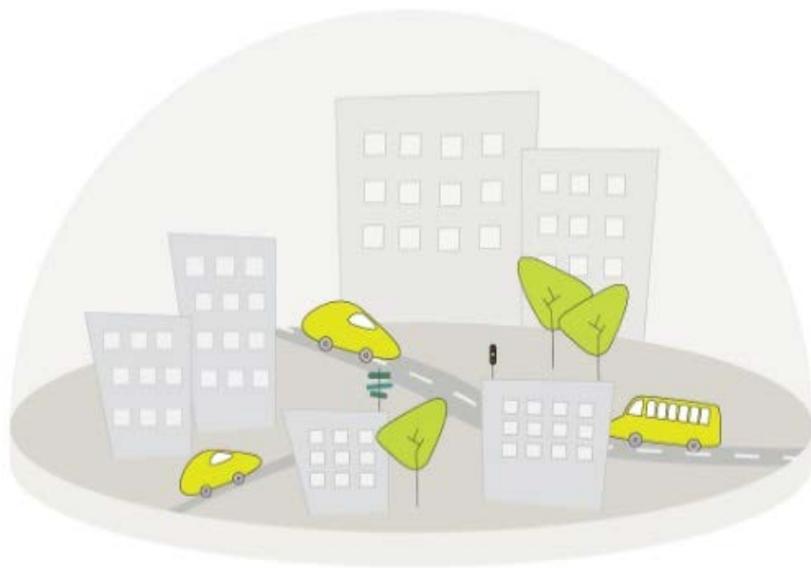
brezza

frescura / calore

12



ESPERIENZE
 SENSORIALI
 POSITIVE
 bella vista
 alberi, fiori
 acqua
 design
 dettagli di qualità
 buoni materiali



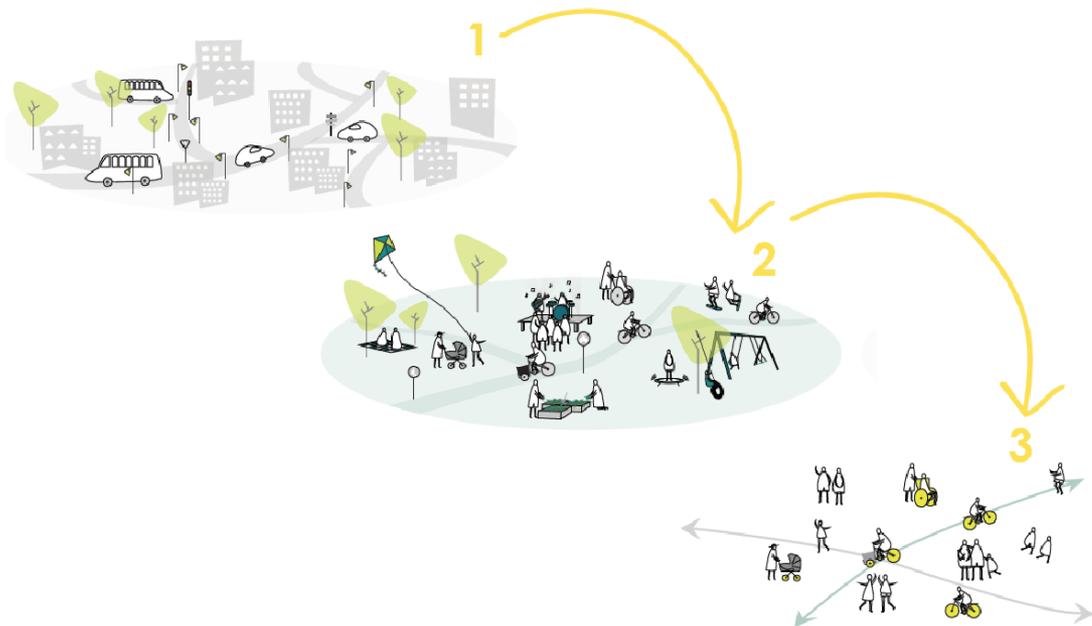
graphics belong to COurban

Il modo in cui progettiamo
e le nostre città ha effetti
sul comportamento
le emozioni e il benessere
delle persone.

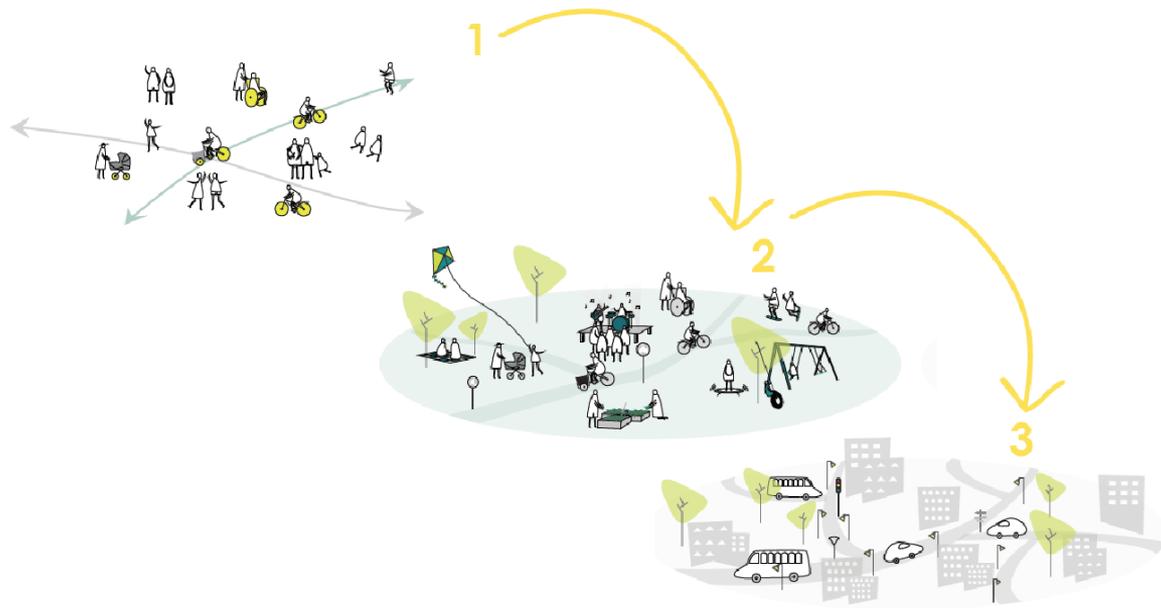


Nelle aree urbane di tutto il mondo si stanno già sviluppando nuove misure per garantire la salute e il benessere dei cittadini, più in generale, una vita felice e significativa per tutti.

ma quali sono le principali sfide per promuovere la salute di una città?



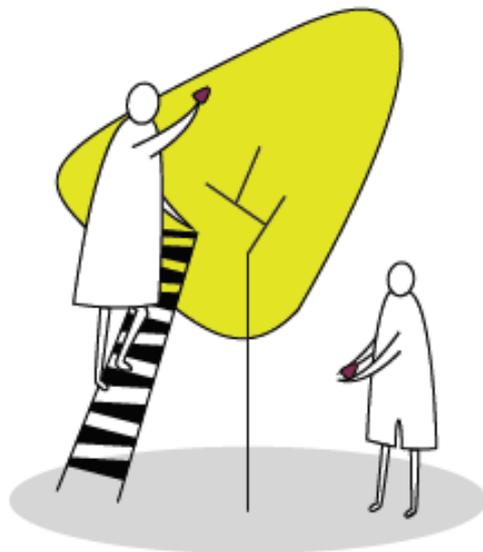
La modalità tradizionale dei processi di pianificazione urbana è di pensare dapprima agli spazi lasciando che la vita urbana si sviluppi (oppure no) all'interno di questi.



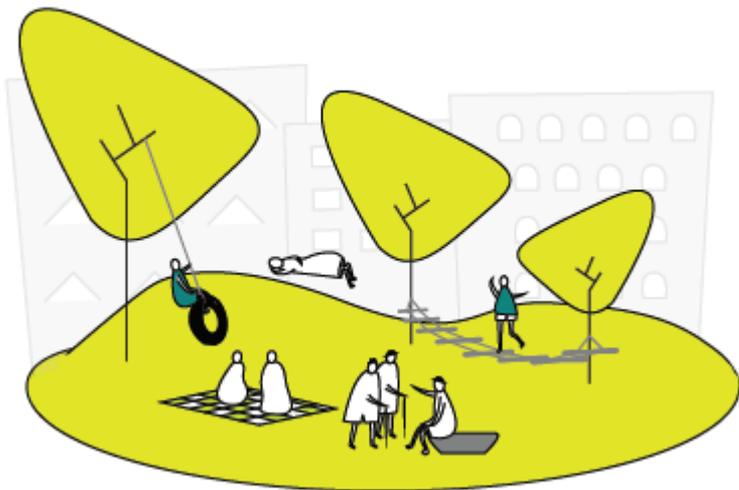
Una diversa concezione da porre alla base di una città vivibile è quella di invertire l'ordine dei fattori e mettere le persone al primo posto: capire i loro bisogni e progettare gli spazi in funzione di essi.

ACCESSIBILITA' AL CIBO SALUTARE

La garanzia di parità di accesso e sicurezza alimentare deve essere una priorità nella pianificazione per la città che promuove la salute.



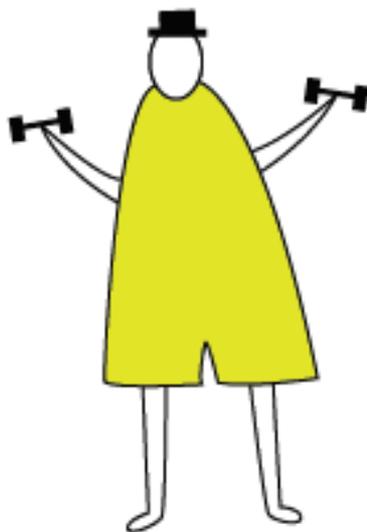
ACCESSIBILITA' AGLI SPAZI VERDI



più siamo vicini agli spazi verdi e più li utilizziamo.

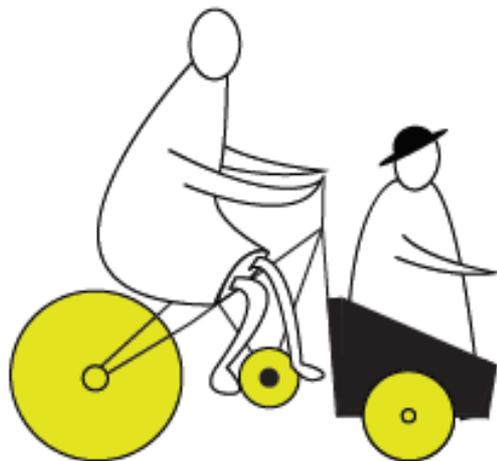
Uno spazio verde, anche piccolo, promuove la salute fisica, mentale e sociale, protegge dall'inquinamento, dal rumore e dallo stress.

ATTIVITA' FISICA E OFFERTE RICREATIVE



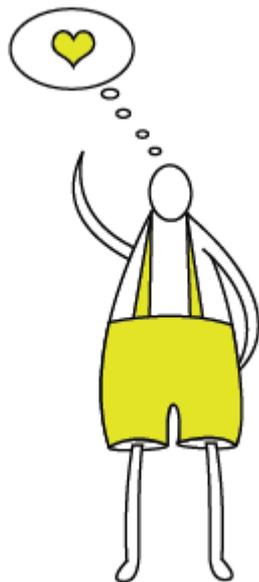
L'accesso universale alle strutture che promuovono l'attività fisica e la ricreazione è un passo importante verso la riduzione delle disuguaglianze di salute.

TRASPORTO ATTIVO



le forme di trasporto alimentate dall'energia del corpo umano possono essere promosse o scoraggiate dalla progettazione e dalla configurazione dello spazio urbano.

SICUREZZA PERCEPITA



più persone utilizzano
uno spazio, perché
lo sperimentano come
sicuro e più sicuro
diventerà lo spazio.

La percezione della
sicurezza è strettamente
connessa alla sicurezza
effettiva.

MIX DI FUNZIONI E PROSSIMITA'



la pianificazione di spazi a uso misto e la prossimità dei diversi servizi urbani incoraggia il trasporto attivo e offre opportunità per incontri sociali tra le persone

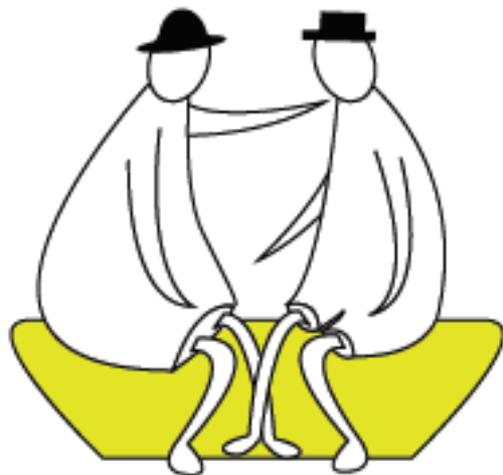
OPPORTUNITA' DI SOCIALIZZAZIONE



L'interazione sociale è fondamentale per la salute e il benessere di un individuo quanto l'attività fisica.

E' quindi importante La realizzazione di spazi pubblici aperti vivaci e inclusivi.

FIDUCIA



L'interazione sociale e la fiducia possono avere un impatto significativo sulla nostra salute sociale e anche mentale.