

La città salutare (healthy city)

Anche la vita in città può favorire una buona salute. Questa infografica illustra come una serie di attori nella società può contribuire a tale scopo.

STRUTTURE SPORTIVE

Integrare strutture sportive e ricreative nella città incentiva le persone a svolgere più attività fisica.

ORTI SCOLASTICI

Agricoltori locali aiutano i bambini a curare orti scolastici in cui coltivare i propri ortaggi e apprendere un'alimentazione sana.

PISTE CICLABILI

Piste ciclabili separate dalle grandi arterie stradali garantiscono sicurezza e convincono le persone a preferire la bici ad altri mezzi di trasporto.

SUPERMERCATI E AGRICOLTURA LOCALE

Esposizioni nei supermercati concepite per promuovere prodotti sani come frutta e verdura di stagione, fornite da agricoltori locali a prezzi competitivi.

ARIA PULITA

Elettricità generata dal vento, dal sole e dalle onde, e non da combustibili fossili, rende l'aria pulita e riduce l'esposizione alle polveri sottili.

PENDOLARI IN BICI

Un trasporto pubblico efficiente e collegato a biciclette aziendali o pubbliche incoraggia i lavoratori a lasciare a casa l'auto per fare moto andando e tornando dal lavoro.

CASE

Un ambiente interno salutare è il prodotto di materiali di costruzione che non emettono sostanze chimiche nocive, di una ventilazione adeguata e dell'esposizione alla luce naturale diurna.

INCONTRI A PIEDI

Aree verdi intorno agli uffici stimolano i dipendenti ad alzarsi e uscire per incontrarsi e parlare camminando, piuttosto che sedere al chiuso tutto il giorno.

AREE VERDI E PARCHI GIOCHI

Aree verdi e parchi giochi esortano persone di ogni età a uscire e giocare, praticare sport o semplicemente fare una passeggiata.

SCUOLABUS A PIEDI

Con un "autista" o un "conducente" più grande, uno scuolabus a piedi passa a prendere i bambini in varie fermate e insegna loro che possono andare a scuola a piedi facilmente e in totale sicurezza.

SCUOLE

Rendendo la salute parte integrante delle attività scolastiche quotidiane, i bambini diventano animatori del miglioramento della salute pubblica.

LUOGHI DI LAVORO

Un lavoratore sano è un lavoratore produttivo. Luoghi di lavoro che incoraggiano stili di vita sani attraverso programmi di alimentazione per il pranzo, sport aziendali e seminari di formazione.