

ASSOSPORT SOSTIENE IL PROGETTO EMOCS CONTRO LA SEDENTARIETÀ



La popolazione europea è sempre più sedentaria. [EMoCS \(European Meetings for Company Sport\)](#) è il nuovo progetto, di cui Assosport è partner, volto ad aumentare la consapevolezza attraverso incontri, testimonianze ed eventi sportivi.

Implementare sport e attività fisica sul posto di lavoro: è questo l'obiettivo ambizioso di EMOCS (European Meetings for Company Sport), un progetto europeo nato nell'ambito del programma Erasmus+ e guidato dalla Federazione europea per lo sport aziendale (EFCS). L'iniziativa coinvolge partner europei provenienti da Italia, Francia, Spagna, Belgio, Slovenia e Finlandia.

Il 27 settembre a Parigi durante la Settimana europea dello sport (EWoS) è in programma il primo grande evento EMOCS con conferenze, tavole rotonde, testimonianze e best practice, ma anche esposizioni, sport village e persino una maratona a staffetta.

“**Assosport** – commenta il presidente **Luca Businaro** – ha voluto sostenere il progetto per lanciare un messaggio alle aziende italiane sul valore dello sport in azienda. Come associazione uno dei nostri intenti è quello di incrementare la pratica sportiva e siamo convinti che sensibilizzare le imprese ad investire nel movimento sia una grande opportunità non solo in termini di welfare ma di produttività. In Italia siamo all'anno zero, bisogna lavorare per costruire una nuova consapevolezza”.

La popolazione europea sta diventando sempre più sedentaria. Secondo un'indagine sullo sport e l'attività fisica svolta dalla Commissione Europea su 28.031 cittadini dell'UE, quasi la metà degli intervistati non pratica sport, percentuale che è aumentata dal 42% al 46% dal 2013. Il 15% degli europei non cammina per 10 minuti consecutivi durante la settimana, mentre il 12% sta seduto per più di 8,5 ore al giorno.

La mancanza di tempo è il principale motivo per cui le persone non fanno attività fisica. Ecco perché favorire le opportunità di praticare sport sul posto di lavoro è fondamentale per stimolare una maggiore partecipazione alle attività sportive e, di conseguenza favorire il benessere fisico e mentale, la produttività aziendale, i rapporti sociali, l'inclusione e le pari opportunità.

A tale proposito Emocs coinvolgerà istituzioni, operatori, manager di tutta Europa. Attraverso incontri, esposizioni ed eventi stimolerà un utile confronto di idee e buone pratiche tra diversi paesi.

“Le statistiche e la ricerca scientifica dimostrano chiaramente che l'attività fisica avvantaggia i dipendenti e ha anche effetti positivi sulla produttività. Questo è sempre più ampiamente riconosciuto da amministratori delegati e dirigenti”, afferma Didier Besseyre, presidente della Federazione europea per lo sport aziendale. “Al fine di diffondere questa consapevolezza e stimolare iniziative concrete, EMOCS si concentrerà su molteplici obiettivi: sensibilizzare sull'importanza dell'attività fisica per la salute sul luogo di lavoro; identificare e fornire ai decision maker pubblici e privati strumenti e soluzioni concreti a supporto dello sviluppo dello sport aziendale; creare un framework di certificazione per un'etichetta Active Workplace”.

Non esiste un'unica soluzione, ma una serie di strumenti vari che possono essere proposti dalle aziende ma anche dai singoli dipendenti e che contribuiscono al raggiungimento dell'obiettivo. Ad esempio, stimolare la competitività, organizzare

sessioni di attività fisica per gruppi di dipendenti; modificare il contesto ambientale al fine di promuovere l'attività fisica tra i dipendenti; creare programmi per coinvolgere le aziende. Ogni Paese ha le sue specificità e le sue abitudini: EMOCS sarà l'occasione per riflettere su queste soluzioni e trovarne di nuove.