

www.ilsole24ore.com

CATEGORIA: SPORT

Sport e attività fisica sul posto di lavoro incrementano la produttività aziendale



scritto da Tiziana Pikler il 27 Settembre 2018

SPORT

f 8+ t



Più la pratica dello sport e dell'attività fisica sul posto di lavoro. È l'obiettivo di EMoCS (European Meetings for Company Sport), il progetto europeo nato nell'ambito del programma Erasmus+ e guidato dalla Federazione europea per lo sport aziendale (EFCS), che presenta il suo primo evento il 27 settembre a Parigi, in occasione della Settimana europea dello sport. Conferenze, tavole rotonde, testimonianze, best practice, esposizioni, sport village e una maratona a staffetta gli appuntamenti in programma.

La popolazione europea sta infatti 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.**



www.ilsole24ore.com



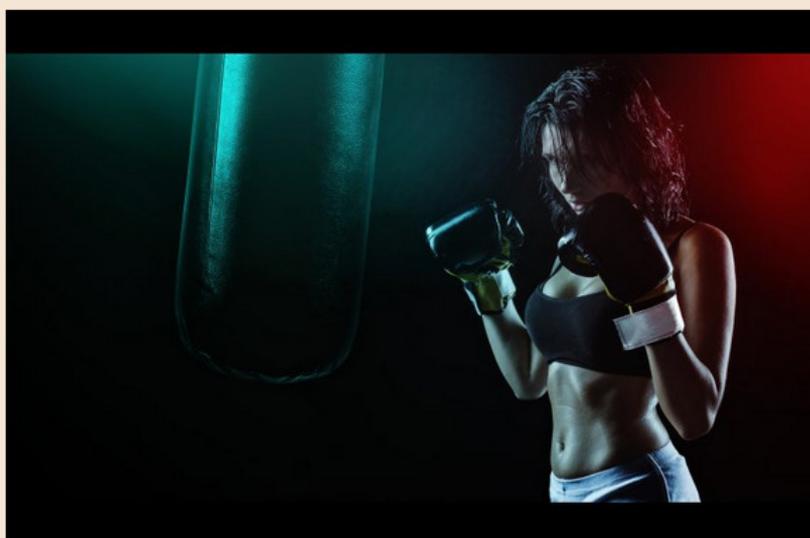
La mancanza di tempo è il deterrente principale all'attività fisica. Per questo sarebbe necessario promuovere le opportunità di praticare sport sul posto di lavoro per favorire il benessere fisico e mentale, la produttività aziendale ma anche i rapporti sociali, l'inclusione e le pari opportunità attraverso, per esempio, una sana competitività, delle sessioni di attività fisica per gruppi di dipendenti, un contesto ambientale idoneo e programmi creati ad hoc per coinvolgere le aziende, secondo le specificità di ogni singolo paese.





www.ilsole24ore.com

“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”, ha dichiarato **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”.



“Lo abbiamo fatto per lanciare un messaggio alle aziende italiane sul valore dello sport in azienda”, ha detto il presidente Luca Businaro, “Come associazione uno dei nostri intenti è quello di incrementare la pratica sportiva e siamo convinti che sensibilizzare le imprese a 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”.