

SETTIMANA EUROPEA DELLA MOBILITÀ

16-22 SETTEMBRE 2024

Dati della Sorveglianza PASSI – ASL AL



Mobilità a zero emissioni per tutti

Andare a piedi o in bicicletta per gli spostamenti abituali invece di utilizzare i veicoli a motore giova non solo alla nostra salute ma anche all'ambiente: Questo si traduce in sostenibilità e miglioramento della qualità della vita nelle città in cui viviamo ma anche cambiamento dei nostri stili di vita.

Quest'anno il tema della **European Mobility Week 2024** è «La condivisione degli spazi pubblici» e invita a scegliere collettivamente come condividere gli spazi pubblici affinché tutti si possano muovere in ambienti piacevoli e confortevoli.

La **sorveglianza PASSI** permette di quantificare quante persone, fra gli adulti (18-69 anni), utilizzano la bicicletta o percorrono a piedi l'itinerario per il lavoro, la scuola o per i loro spostamenti abituali e coloro che grazie a questa abitudine raggiungono i livelli di attività fisica raccomandati da OMS per avere benefici sulla salute.

Utilizzare la bicicletta o camminare per spostarsi in città, per almeno 10 minuti consecutivi e per almeno 150 minuti a settimana può garantire il raggiungimento di questi livelli anche al di là dell'attività fisica praticata nel tempo libero o durante l'attività lavorativa.

Così in base al ricorso alla mobilità attiva le persone possono essere classificate in:



fisicamente attive: raggiungono almeno 150 minuti settimanali percorrendo a piedi o in bici i tragitti abituali, in sessioni di almeno 10 minuti consecutivi



parzialmente attive: usano la bici e/o si spostano a piedi abitualmente, ma non raggiungono i 150 minuti settimanali



non attive: non praticano mobilità attiva o lo fanno per durate di tempo trascurabili



I dati **PASSI 2022-2023** mostrano che il **47%** della popolazione della ASL AL tra i 18 e i 69 anni pratica mobilità attiva utilizzando la bicicletta (**12%**) e/o spostandosi a piedi (**43%**) abitualmente, per una media di **4,2 giorni** a settimana.

Chi usa la bicicletta totalizza mediamente **187 minuti settimanali**, chi va a piedi **208 minuti** (per il Piemonte la media settimanale è di 144 minuti per la bici e 181 per i percorsi a piedi).



18-69 anni

Mobilità attiva

in bicicletta

a piedi

attivi

parzialmente
attivi

non attivi

Italia

44

11

38

19

22

59

Piemonte

57

13

53

28

28

44

ASL AL

47

12

43

24

22

54



Tutti i valori in tabella sono in percentuale

La mobilità attiva contribuisce al raggiungimento dei livelli di attività fisica raccomandati per avere benefici sulla salute e nella ASL AL una persona su 4 risulta **fisicamente attiva** anche solo con questa buona abitudine. La media regionale è di una persona su 3. Il ricorso alla mobilità attiva nella ASL AL, sebbene sia superiore alla media nazionale, risulta inferiore alla media regionale come percentuale di persone attive che però utilizzano la bicicletta o vanno a piedi per un periodo di tempo maggiore.

A cura del gruppo aziendale PASSI