



Linee guida

per spazi liberi favorevoli al movimento



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP

Ufficio federale della sanità pubblica UFSP

Ufficio federale dello sviluppo territoriale ARE

Ufficio federale dell'ambiente UFAM

Indice

3 Contenuto e scopo

4 Il grande valore aggiunto degli spazi liberi favorevoli al movimento

- 4 Movimento e sport fanno bene alla salute!
 - 5 Rendere gli spazi liberi più favorevoli al movimento
 - 6 L'ambiente, la natura e il paesaggio sono molto importanti per la nostra salute
 - 7 Pianificare insieme spazi liberi favorevoli al movimento
 - 8 Spazi liberi favorevoli al movimento nell'area urbana
 - 9 Promuovere il dialogo e lo scambio
-

10 Esempi concreti

- 10 Yverdon-les-Bains: «Uno spazio pubblico accessibile a tutti in cinque minuti»
 - 12 Regione Sursee-Mittelland: spazio per il movimento, lo sport, la salute e il tempo libero (progetti modello 2014–2018)
 - 14 Protezione contro le piene e rivitalizzazione del corso inferiore dell'Emme (SO)
 - 16 «Mein Weg – unser Netz» (Il mio sentiero, la nostra rete): sviluppo partecipativo di una rete indipendente di percorsi pedonali della regione di Frauenfeld
-

18 Progetti e programmi sostenuti dalla Confederazione

20 Gruppi di coordinamento

22 Basi legali

- 22 Leggi nazionali
 - 23 Concezioni e piani settoriali
 - 23 Politica degli agglomerati/Programma Traffico d'agglomerato (PTA)
 - 24 Strategie
-

25 Riferimenti bibliografici

Contenuto e scopo

Gli spazi liberi favorevoli al movimento forniscono un contributo importante al benessere della popolazione. Ma che cosa caratterizza tali spazi e come possono essere realizzati in modo efficace? Quali possibilità di sostegno esistono, in particolare da parte della Confederazione? Le presenti linee guida trattano tali quesiti.

La realizzazione e il mantenimento di spazi liberi favorevoli al movimento richiedono la partecipazione di numerosi attori. Per questo motivo, un approccio interdisciplinare è particolarmente importante, dalla pianificazione alla realizzazione, dall'utilizzo alla verifica. È imprescindibile una stretta collaborazione tra la Confederazione, i Cantoni, i Comuni, le organizzazioni e i privati che tenga conto del tema, del luogo e del processo di pianificazione.

Il Coordinamento federale sport, movimento, territorio e ambiente – costituito dagli Uffici federali dello sport (UFSP), della sanità pubblica (UFSP), dello sviluppo territoriale (ARE) e dell'ambiente (UFAM) – ha redatto le presenti linee guida, con cui contribuisce all'obiettivo 3B della Concezione «Paesaggio svizzero» (CPS), ovvero quello di migliorare la qualità paesaggistica degli insediamenti grazie alla presenza di sufficienti spazi liberi e zone ricreative di prossimità seminaturali, facilmente raggiungibili e accessibili al pubblico.

All'inizio delle linee guida vengono sottolineati i vantaggi che la società trae dagli spazi liberi favorevoli al movimento. Dopodiché vengono presentati quattro esempi che illustrano il ruolo sfaccettato dell'interdisciplinarietà nella pianificazione e nella realizzazione di tali spazi. Inoltre viene offerta una panoramica dei progetti e dei programmi della Confederazione, inclusi gli organi di coordinamento e le basi legali. Infine un sito Internet presenta interessanti approcci che dimostrano come possono essere realizzati spazi liberi favorevoli al movimento grazie a processi partecipativi.



Il grande valore aggiunto degli spazi liberi favorevoli al movimento

Movimento e sport fanno bene alla salute!

L'attività fisica regolare previene le malattie non trasmissibili, rafforza il sistema immunitario e contribuisce al benessere e alla salute fisica e mentale. Gli spazi liberi favorevoli al movimento e prossimi allo stato naturale motivano le persone a integrare il movimento nella loro vita quotidiana e a intrattenere contatti sociali. Gli ambienti abitativi, scolastici e lavorativi dovrebbero pertanto essere attrattivi per l'attività fisica, lo sport e il gioco nonché per esperienze a contatto con la natura, al fine di soddisfare le varie esigenze della popolazione – tra cui anche dei gruppi socialmente ed economicamente svantaggiati – per quanto concerne il movimento, gli incontri e lo svago. Il contesto abitativo, scolastico e lavorativo deve invitare a fare movimento affinché le persone praticino regolarmente attività fisica. Un ambiente di elevata qualità si distingue per esempio per le seguenti caratteristiche:

- **un accesso sicuro, semplice e rispettoso delle pari opportunità a spazi liberi connessi tra loro** nelle immediate vicinanze del luogo di domicilio e di lavoro. In caso di assenza di tali spazi liberi a una distanza raggiungibile camminando (5 minuti), collegamenti ciclabili attrattivi e fermate dei trasporti pubblici raggiungibili a piedi dovrebbero consentire di recarsi rapidamente in zone ricreative di prossimità di elevata qualità;

- **una conformazione intelligibile dell'ambiente** e un'illuminazione adeguata per aumentare la sicurezza personale, anche d'inverno o di notte;
- **qualità tipiche dei luoghi simbolo d'identità** come vecchi alberi, fontane e luoghi d'incontro;
- **una natura variata** con alberi, cespugli, spazi verdi prossimi allo stato naturale e corsi d'acqua, che consente di fare diverse esperienze;
- **un paesaggio e un'acustica attrattivi** con lo scorrere dell'acqua, il fruscio delle foglie e il cinguettio degli uccelli e possibilmente senza rumori del traffico e di attività industriali;
- **diversi tipi di copertura del suolo** con un'elevata percentuale di superfici non impermeabilizzate e **possibilità di sostare in spazi verdi** con un'elevata biodiversità.

Gli spazi liberi favorevoli al movimento devono quindi essere realizzati in modo variato e consentire un utilizzo sicuro e ricco di varianti. Le zone di sosta invogliano al movimento e agli incontri e offrono la possibilità di fare esperienze nella natura. Sono integrate in una rete di spazi liberi con percorsi pedonali e ciclabili.



Figura 1: Yverdon-les-bains: Mappa degli spazi esterni verdi e sicuri situati a massimo 5 minuti a piedi dalle aree residenziali circostanti.

Fonte: Ville d'Yverdon



Rendere gli spazi liberi più favorevoli al movimento

La pandemia di COVID-19 ha dimostrato che gli spazi liberi di elevata qualità nelle vicinanze della propria abitazione, ma anche al di fuori delle zone d'insediamento, sono particolarmente importanti (Collage 2020). Durante la pandemia sono state fortemente sollecitate anche le riserve naturali (Remund 2021). Il paesaggio deve pertanto essere considerato da una nuova prospettiva. In particolare, deve essere data maggiore importanza all'interazione tra le diverse esigenze (svago, movimento, incontri, sport, biodiversità e qualità del paesaggio ecc.).

Numerosi spazi liberi esistenti si prestano agli incontri, al movimento e allo sport: sentieri e ciclopiste, parchi e impianti sportivi, parchi giochi e piazze pubbliche o rive percorribili e boschi. Spesso si tratta pertanto di tutelare in modo mirato, valorizzare e completare gli elementi esistenti e migliorare l'accesso agli stessi. «Rendere gli spazi più favorevoli al movimento» può significare quanto segue:

- **valorizzare le piazze e i parchi pubblici** mediante panchine, possibilità di movimento e di incontro, bagni pubblici, alberi che riparano dal sole nonché spazi verdi e strutture paesaggistiche prossime allo stato naturale;
- prendere provvedimenti per **la cura e la manutenzione degli spazi liberi**, perché i rifiuti dispersi sul terreno e gli atti di vandalismo pregiudicano considerevolmente il piacere di stare all'aperto. A titolo di esempio, il littering e la distruzione sono tra gli elementi di disturbo nei boschi nominati più spesso in un sondaggio tra la popolazione (UFAM 2022);
- **rendere più variati gli spazi liberi privati e semi-pubblici**: le zone verdi inutilizzate tra le case plurifamiliari offrono molto spazio per il movimento e gli incontri. Tuttavia è necessario valorizzare strutturalmente le grandi superfici o piazze per renderle più variate e far sì che rispondano alle

esigenze degli abitanti e consentano un ventaglio più ampio di esperienze. Anche le aziende dovrebbero rendere le loro aree più prossime allo stato naturale e più variate e soprattutto sfruttare meglio il potenziale della mobilità attiva. Infatti, il movimento favorisce la salute del personale;

- **creare vie e spazi stradali sicuri**: vanno create, segnalate bene e integrate in un ambiente verde vie sicure e senza barriere per i pedoni e i ciclisti che portino da porta a porta, ovvero dall'appartamento all'ufficio o all'aula scolastica. Presso gli ingressi delle case servono rampe, cantine e parcheggi per le biciclette e scale comode. La sicurezza ha un ruolo centrale per i percorsi pedonali e ciclabili: gli spazi stradali devono essere a traffico moderato, offrire corsie sicure ed essere combinati con alberi e altre qualità naturali acustiche e paesaggistiche. Per i ciclisti sono importanti anche i collegamenti tra gli insediamenti;
- **rendere possibile l'accesso a impianti sportivi e aree di gioco**: all'interno della zona abitata va garantita un'offerta ben accessibile, attrattiva e variata di impianti sportivi e parchi giochi (incl. le infrastrutture sportive sul posto di lavoro come docce e spogliatoi);
- **preservare e avere cura degli spazi naturali**: vanno creati e in parte curati boschi con i loro margini o corsi d'acqua con le loro rive, nonché prati e boscaglie prossimi allo stato naturale. Inoltre occorrono accessi in punti adeguati per le persone in cerca di svago. Al tempo stesso è importante ridurre al minimo gli interventi nella natura e i turbamenti della fauna, proponendo offerte di utilizzo e tutelando valori naturali mediante misure di gestione dei visitatori. Nelle aree temporaneamente inutilizzate, piante e animali devono poter trovare rifugi indisturbati.



L'ambiente, la natura e il paesaggio sono molto importanti per la nostra salute

La qualità è una parola chiave per quanto riguarda la salute e il paesaggio. Infatti, i paesaggi variati arricchiscono la quotidianità promuovendo un'autentica qualità di vita. Secondo l'UFAM (2020a: 17) i «paesaggi attrattivi possono attirare le persone all'aperto e invitarle a fare movimento. (...) Chi ha preso l'abitudine di raggiungere le proprie mete a piedi o in bicicletta rimane tendenzialmente più in forma e raggiunge un'età più avanzata rispetto alle persone inattive». Camminando e andando in bicicletta si potrebbero prevenire quasi 12 000 casi di malattie cardiovascolari all'anno (ibid.).

Ma gli incontri e il movimento necessitano anche di spazio, la cui qualità è determinante per l'attività stessa e per le esperienze a essa correlate. Numerosi studi scientifici dimostrano che gli spazi liberi attrattivi hanno un'influenza positiva sulla salute (Bauer, Hofmann, Young 2021; Accademia svizzera di scienze naturali 2019) e motivano a fare movimento. Il contatto con la natura è stato identificato come importante stimolo per la pratica di attività sportive (Lamprecht, Bürgi, Stamm 2020: 19). Gli spazi naturali e prossimi allo stato naturale, in particolare quelli nelle vicinanze degli insediamenti, svolgono un ruolo essenziale per la salute della società (Kondo et al. 2018). Questi spazi sono particolarmente apprezzati in qualità di oasi di tranquillità (UFAM 2020b). Gli spazi prossimi allo stato naturale che consentono di fare movimento e attività ricreative non giovano solo alla salute fisica, ma anche a quella mentale e migliorano così il benessere generale (Kaplan, Kaplan 1989).

Considerando l'urbanizzazione, la frammentazione del paesaggio e l'impermeabilizzazione delle superfici, è indispensabile che la qualità del paesaggio sia mantenuta e sviluppata ulteriormente. Per questo motivo, nella CPS aggiornata adottata dal Consiglio federale nel 2020 è stato inserito il nuovo tema «Movimento e salute» (UFAM 2020c: 29). La CPS mira alla promozione della varietà paesaggistica e alla valorizzazione delle identità regionali con un utilizzo rispettoso delle condizioni locali (UFAM 2020a). In tal modo verrebbero creati spazi vitali di elevata qualità. La CPS si riallaccia alla Convenzione del Consiglio d'Europa sul paesaggio adottata nel 2000, la quale sottolinea il ruolo della qualità del paesaggio per il benessere degli individui e della società in generale. Anche le concezioni paesaggistiche cantonali possono svolgere un'importante funzione complementare.



Pianificare insieme spazi liberi favorevoli al movimento

Nel 2022, l'ARE ha pubblicato il bollettino d'informazione del Forum sviluppo territoriale dal titolo **«Territorio e salute – Pianificazione fonte di benessere» (ARE 2022)**. Le parole della direttrice dell'ARE, Maria Lezzi, sono inequivocabili: «I cambiamenti climatici e le evoluzioni demografiche ci costringono ad approfondire i punti d'incontro tra utilizzazione del territorio, pianificazione del territorio e salute». Siamo pertanto esortati «a mettere al centro della pianificazione non il territorio, bensì le persone» (pag. 73).

La collaborazione intersettoriale tra gli attori degli ambiti della salute, dello sport, dell'ambiente e della pianificazione del territorio è importante, poiché consente di integrare lo sport, il movimento e la salute nella pianificazione territoriale. Inoltre anche la biodiversità e la qualità del paesaggio sono temi che vanno inclusi nella promozione del movimento e dello sport. Oltre alla collaborazione tra gli organi ufficiali, si raccomanda il coinvolgimento tempestivo della popolazione. Conoscere i desideri dell'utenza consente una migliore pianificazione e crea identificazione. L'ottimizzazione dell'infrastruttura necessaria e le offerte a bassa soglia facilitano la decisione di fare più movimento e incontrare altre persone. In tal modo, le persone socialmente ed economicamente svantaggiate, tra le altre, ottengono accesso a uno spazio libero favorevole al movimento nelle vicinanze di casa propria, a scuola, sul posto di lavoro e durante il tempo libero.

A seconda del contesto e delle misure pianificate, le competenze e le procedure sono molto diverse. Per raggiungere gli obiettivi fissati devono essere identificati e coinvolti tempestivamente nel processo gli attori interessati (organi statali, gruppi di interesse colpiti, eventualmente i proprietari) e le basi legali vigenti. Vi sono diverse possibilità per fissare in modo vincolante gli accordi elaborati insieme prima di avviare le successive fasi di pianificazione e realizzazione. Gli esempi di casi concreti presentati nella seconda parte della presente pubblicazione illustrano le procedure e i processi che hanno dato buoni risultati nelle varie situazioni.



Spazi liberi favorevoli al movimento nell'area urbana

Nelle zone ad alta concentrazione urbana, gli spazi dedicati allo svago e al tempo libero sono utilizzati in modo particolarmente intenso. Secondo il rapporto «Sport Svizzera» pubblicato nel 2020, circa il 35–40 per cento degli intervistati praticano sport nel proprio Comune di domicilio e il 20–25 per cento nella regione (Lamprecht, Bürgi, Stamm 2020: 40). In tale contesto, l'offerta sportiva nelle vicinanze con una buona qualità paesaggistica è particolarmente importante. Pertanto si tratta di creare, nell'ambiente circostante le abitazioni, luoghi attrattivi in cui trascorrere quotidianamente del tempo e di collegarli con le zone ricreative di prossimità mediante percorsi pedonali e ciclabili.

I parchi cittadini e gli spazi verdi hanno per esempio il compito di immagazzinare la CO₂, ma anche di abbassare le temperature delle isole di calore e di fungere da biotopo per svariate specie animali e vegetali. Consentono alle persone di fare movimento e promuovono gli incontri. Questi effetti positivi incidono sulla salute mentale e fisica delle comunità. L'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) consiglia di mettere a disposizione di ciascun abitante almeno uno spazio verde nel raggio di 300 metri dalla propria abitazione. Eppure persino in Svizzera alcune città hanno difficoltà a raggiungere questo ideale. Inoltre i quartieri svantaggiati sono colpiti maggiormente dagli influssi negativi dell'ambiente, come il rumore e l'inquinamento atmosferico, e pertanto sono più soggetti a effetti dannosi sulla salute della popolazione. È quindi necessario riconfigurare questi quartieri, liberare spazi verdi e costruire percorsi pedonali e ciclabili per rinsaldare la voglia degli abitanti di fare movimento.

Tali sfide possono essere affrontate mediante diverse iniziative. Una prima possibilità è quella di creare isole verdi all'interno degli spazi urbani. In particolare, è possibile valorizzare l'infrastruttura presente rendendo universalmente accessibile l'area circostante i complessi scolastici al di fuori degli orari scolastici. Inoltre possono essere sondate le possibilità di costruzione di marciapiedi per i pedoni, nonché una configurazione chiara e sicura dei percorsi pedonali e ciclabili (ARE 2022: 4).



Promuovere il dialogo e lo scambio

La relazione tra salute e territorio è evidente. Nel 2020 la rivista Collage ha indagato il tema e ha proposto di collegare tra loro la salute e l'ambiente costruito. La promozione della salute rappresenta una sfida multidimensionale e complessa che necessita una ricerca applicata e trasversale. Di conseguenza, «il desiderio di migliorare la salute e il benessere della popolazione sembra avere il potere di unire i vari attori coinvolti» (Collage 2020: 3). Dalla prospettiva dello sviluppo del territorio, la rivista del Forum sviluppo territoriale 01/22 «Territorio e salute – Pianificazione fonte di benessere» offre uno sguardo approfondito al modo in cui gli attori interessati possono essere coinvolti in un confronto comune. È quindi necessario uno stretto dialogo tra gli esperti dei settori della salute e della pianificazione del territorio e gli utenti, rispettivamente gli abitanti della zona.

Il 9 marzo 2022 ha avuto luogo il primo forum «Landschaft bewegt die Schweiz» (Il paesaggio muove la Svizzera), incentrato sul plusvalore generato dal dialogo per la creazione di sinergie tra i temi della salute, dello sport, della natura e della pianificazione del territorio (sanu 2022). Il forum organizzato dal Coordinamento federale sport, movimento, territorio e ambiente fornisce così un importante contributo allo scambio tra tali attori sia a livello orizzontale, sia a livello verticale, e rafforza la collaborazione con diverse organizzazioni.

Esempi concreti

Yverdon-les-Bains: «Uno spazio pubblico accessibile a tutti in cinque minuti»

Descrizione e obiettivi del progetto

Al centro di questo progetto modello della generazione 2020–2024 vi è la valorizzazione di una rete di spazi liberi nel vicinato a livello di quartiere. Gli spazi liberi devono essere di qualità elevata, integrativi, variati e multifunzionali al fine di superare le sfide legate al movimento, alla cultura, alla natura e alla coesione sociale. Sulla base di tali obiettivi viene sviluppata una strategia coordinata a livello comunale.

Attuazione

Questo progetto intersettoriale cofinanziato dalla Confederazione è promosso da diversi servizi cittadini: la pianificazione urbanistica, gli uffici della gioventù e della coesione sociale, della cultura, della sostenibilità, del genio civile e dell'ambiente, dello sport e dell'attività fisica, della mobilità. In parallelo vengono consultati diversi esperti e la popolazione. Viene perseguito un approccio partecipativo per comprendere l'utilizzo e le esigenze della popolazione in rapporto alle zone ricreative di prossimità. A tal fine sono impiegati vari strumenti: sondaggi online, passeggiate in città, sensibilizzazione in merito a questioni ambientali, attività e animazioni, esperimenti con l'arredo urbano.

Approccio trasversale

Diverse visioni tematiche sono state integrate nello spazio pubblico come descritto di seguito.

Cultura: guardare oltre il proprio orticello per creare o scoprire qualcosa nello spazio pubblico; la cultura è più di un'opera d'arte presentata sul territorio. Il termine sta piuttosto per un atteggiamento che plasma i progetti, o per una cultura del territorio.

Coesione sociale: complementarità degli spazi di incontro per uno scambio di esperienze variato tra la prospettiva quotidiana e quella orientata agli eventi; partecipazione degli abitanti alla creazione/alla scoperta dello spazio.

Vegetazione/natura: rinverdimento generoso, a seconda del contesto locale, dell'uso dello spazio e delle possibilità di progetto.

Movimento/salute: elementi per l'attività sportiva quotidiana a cinque minuti di distanza per ogni abitante e per variare numerose ulteriori possibilità di fare movimento in luoghi leggermente più lontani.

Risultati

Santé ActYv è un programma su iniziativa del servizio dello sport e dell'attività fisica che mira a facilitare l'accesso a spazi liberi favorevoli agli incontri e al movimento per l'intera popolazione (strutture liberamente accessibili, organizzazione di eventi).

Les éphémères, ovvero l'utilizzo dell'urbanistica tattica, consiste nell'implementazione di allestimenti pubblici temporanei per favorire gli incontri.

Creazione di un **variopinto murale** che raffigura un serpente lungo 300 m, che è stato realizzato con un artista nel cortile della scuola *Collège des 4 Marronniers*.

Aspetti e conoscenze nuove

- Il progetto cerca di riconcepire la pianificazione urbanistica in favore del movimento e utilizza l'*active design* per formulare nuove proposte.
- I piani dovrebbero identificare un gruppo target sin dall'inizio al fine di ottenere una maggiore efficacia e pianificazioni più inclusive.



Il sito Internet ufficiale del Comune:

[Commune d'Yverdon-les-Bains – Un espace public à 5 minutes de chaque Yverdonnois-e – Site officiel de la Commune \(in francese\)](#)

Preannuncio

[Microsoft Word – PR22.02PR_EtudesEspacesPublic-s5minutes.docx \(yverdon-les-bains.ch\) \(in francese\)](#)

Progetti modello per uno sviluppo sostenibile del territorio 2020–2024

[Yverdon-les-Bains \(VD\): uno spazio pubblico accessibile per tutti in cinque minuti \(admin.ch\)](#)

Espazium

[Yverdon-les-Bains \(VD\): uno spazio pubblico accessibile per tutti in cinque minuti Progetti modello 2020–2024 – Presentazione dei progetti romandi | Espazium \(in francese\)](#)

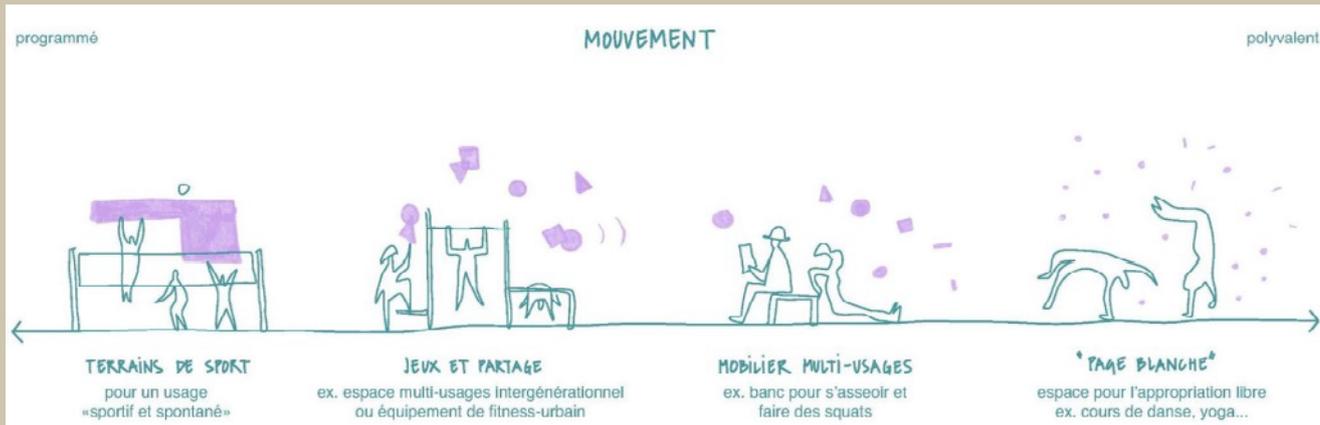


Figura 2: quadro d'azione per il tema «Movimento»

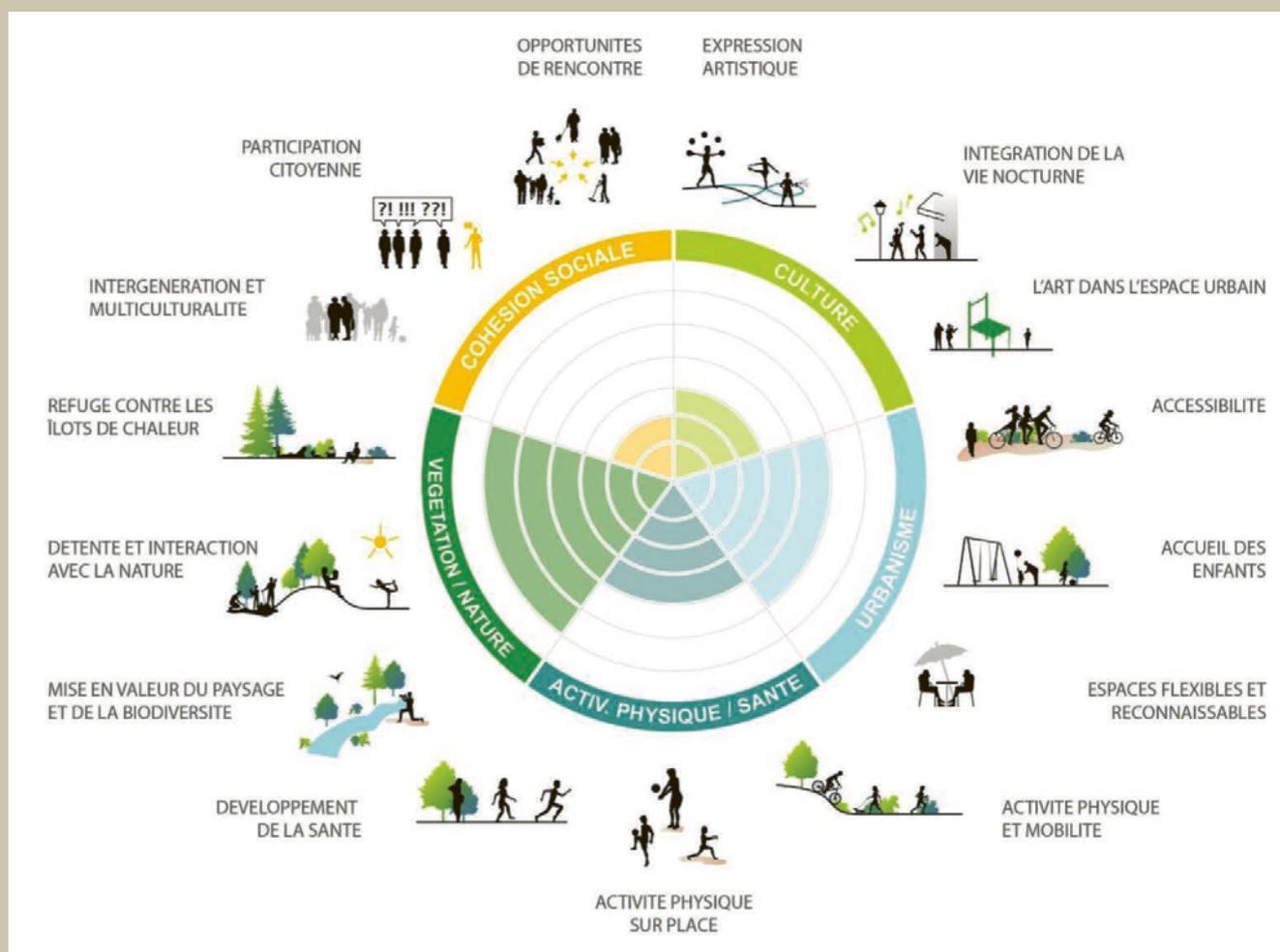


Figura 3: La sintesi del processo partecipativo all'inizio del progetto

Regione Sursee-Mittelland: spazio per il movimento, lo sport, la salute e il tempo libero (progetti modello 2014–2018)

Descrizione e obiettivi del progetto

Gli incontri, il movimento, lo sport, la salute e il tempo libero sono al centro di questo progetto modello avviato nel 2014, le cui proposte contrastano l'espansione degli insediamenti aumentando la qualità degli spazi liberi all'interno degli insediamenti. La valorizzazione di un paesaggio attrattivo mira a migliorare la qualità di vita a lungo termine e a rafforzare l'identificazione degli abitanti con la regione, tenendo conto anche dei due temi «mobilità» e «valorizzazione della biodiversità».

Attuazione

Il progetto è stato sviluppato dall'Ente regionale per lo sviluppo (ERS) della regione Sursee-Mittelland, in collaborazione con attori locali e regionali, pubblici e privati, nel quadro del progetto modello: vi partecipano i 19 Comuni della regione, la città di Sursee nonché i partner del progetto «Starke Sportregion Sursee-Mittelland» (Sursee-Mittelland, una forte regione sportiva). La popolazione è stata intervistata in merito alle proprie esigenze; in particolare i giovani e gli anziani hanno espresso desideri diversi. I giovani si spostano per incontrare gli amici, mentre per gli anziani l'obiettivo è il percorso stesso.

Risultati

Il progetto modello ha raggiunto diversi risultati. È stata sviluppata una **Visione 2035** all'insegna del motto «La regione si muove», la quale garantisce che il progetto venga portato avanti anche in futuro. Inoltre è stata attuata una **pianificazione della rete per il traffico** ciclistico con 43 provvedimenti regionali. In aggiunta è stato emanato un piano direttore parziale per i sentieri. Per il centro urbano di Sursee è stata elaborata e attuata una strategia per gli spazi liberi. Quali provvedimenti singoli, si menzionano inoltre la giornata d'azione per la promozione della biodiversità nei giardini privati e l'allestimento di specifiche oasi climatiche in tre Comuni. Ulteriori misure sono considerate compiti permanenti.

Aspetti e conoscenze nuove

«*Nei Comuni di piccole e medie dimensioni le strutture si formano spesso in modo pragmatico, e non partendo da riflessioni di tipo strategico o politico*» (coordinamento comunale dello sport).



Progetti modello 2014–2018

[Spazio per lo sport e l'attività fisica nella regione Sursee-Mittelland \(admin.ch\)](#)

Rapporto originale

[Piano di sviluppo «Spazi per il movimento, lo sport, la salute e il tempo libero \(sursee-mittelland.ch\) \(in tedesco\)](#)

Spectra

[Progetto «Spazio per lo sport, il movimento, il tempo libero e la salute» \(Regione Sursee-Mittelland\) – Spectra – Promozione della salute e prevenzione \(spectra-online.ch\) \(in tedesco e francese\)](#)

Approccio trasversale

L'ERS Sursee-Mittelland coordina e rappresenta gli interessi dei Comuni, delle organizzazioni e delle istituzioni della regione. Per rafforzare l'identità regionale sono state create sei reti tematiche (sviluppo del territorio, natura/ambiente/energia, politica, economia, cultura/formazione/sport e turismo), rappresentate da personalità della regione, che hanno il compito di identificare le sfide nella propria sfera di competenza, sviluppare idee per nuovi progetti e dialogare con le altre reti. In tal modo assicurano lo scambio tra i temi prioritari.

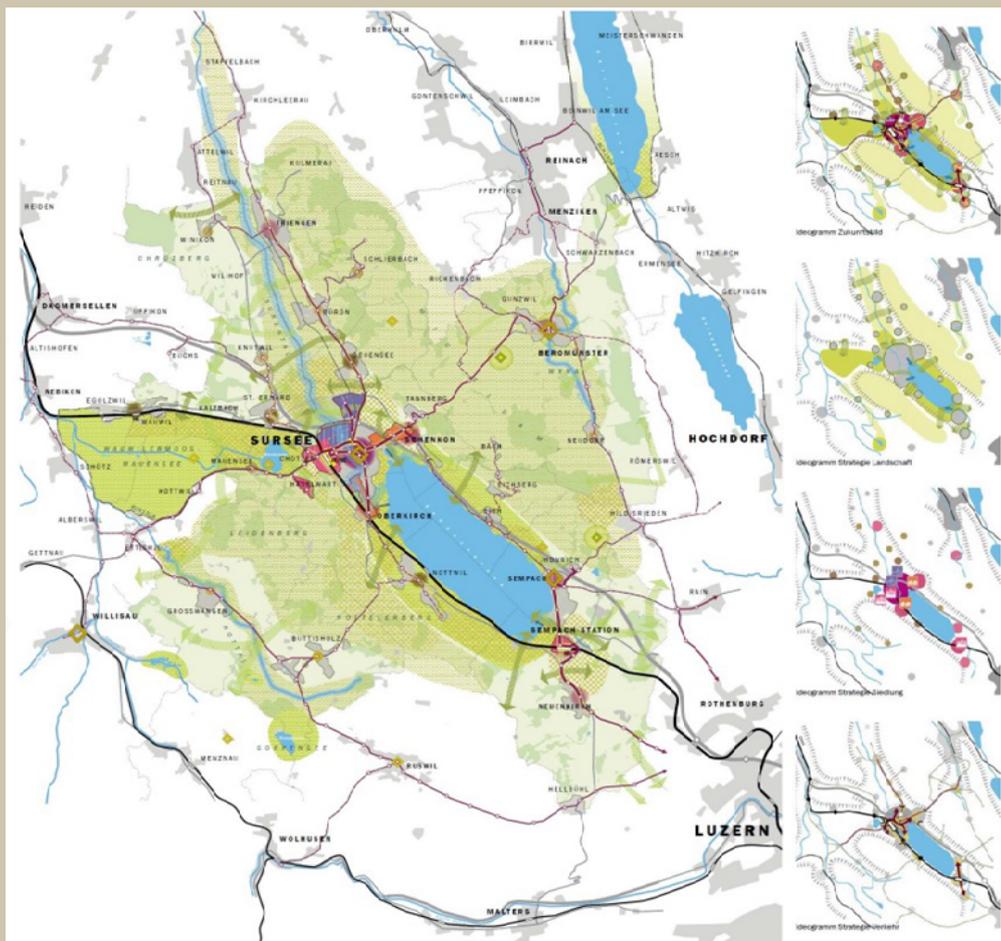


Figura 4: strategia di sviluppo territoriale

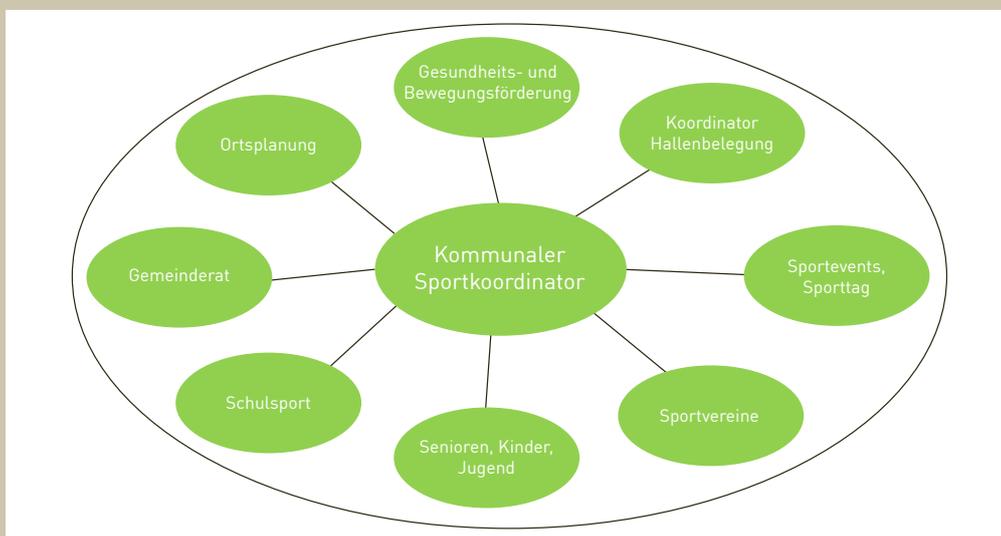


Figura 5: creare strutture comunali



Figura 6: a Sursee si può anche pattinare in linea, ad esempio allo SlowUp Sempachersee. Eventi sportivi come lo SlowUp sono stati organizzati anche dal team di coordinamento sportivo comunale.

Protezione contro le piene e rivitalizzazione del corso inferiore dell'Emme (SO)

Descrizione e obiettivi del progetto

Secondo la legislazione federale e cantonale in materia di sistemazione dei corsi d'acqua, la protezione contro le piene non può più avvenire unicamente mediante canalizzazioni. I corsi d'acqua devono avere più spazio. Tuttavia a causa della densità degli insediamenti, della scarsità di terreno e dei rapporti di proprietà non è sempre possibile accordare lo spazio necessario a fiumi e ruscelli. Con la rivitalizzazione del corso inferiore dell'Emme nel Cantone di Soletta si sono perseguiti diversi obiettivi:

- il mantenimento e il ripristino delle rive naturali;
- la preservazione delle rive dalle edificazioni;
- il libero accesso alle rive;
- il risanamento di diversi siti contaminati nell'area del corso d'acqua e la creazione di nuove aree inondabili;
- la conservazione e la promozione di canneti, alberi e cespugli lungo le rive.

Nel progetto sono state prese in considerazione in modo adeguato anche le richieste in merito agli incontri, allo sport, al movimento e al tempo libero, migliorando l'accesso ad alcuni tratti del corso d'acqua. Con una concezione sono state introdotte misure appropriate di gestione dei visitatori, attuate in parte già durante la realizzazione del progetto globale.

Attuazione e procedura

La pianificazione e l'attuazione hanno richiesto circa dieci anni; per quest'ultima hanno funto da base le linee direttive Emme. In considerazione dei numerosi attori interessati dal progetto, i committenti cantonali dei lavori hanno attuato sin dall'inizio una comunicazione attiva. Era chiaro che sarebbero state indispensabili restrizioni e nuove norme. Tuttavia, allo stesso tempo il territorio doveva continuare a essere aperto e accessibile per i numerosi visitatori. Per questo motivo, il Cantone ha coinvolto nel progetto in modo mirato, a seconda dello stadio del processo, le organizzazioni, i Comuni e i proprietari fondiari interessati di volta in volta, nonché la popolazione.

L'attuazione del progetto di pianificazione del territorio nei cinque Comuni interessati è avvenuta mediante un piano di utilizzazione cantonale. Tale strumento ha consentito di adempiere le numerose disposizioni relative allo spazio riservato alle acque, quali le norme in materia di necessità di spazio per i corsi d'acqua, di ambienti naturali e singole specie e di zone di protezione del paesaggio. Infine il piano di utilizzazione ha permesso di armonizzare gli utilizzi e nel contempo di eseguire gli adeguamenti necessari in modo vincolante per i proprietari fondiari.

Risultati

Tra la rivitalizzazione delle acque, la valorizzazione del paesaggio nonché il movimento e lo svago della popolazione sussistono molteplici sinergie. Un sentiero didattico è stato sostituito da un sentiero naturalistico. Presso un parco giochi esistente è stato creato un nuovo accesso all'acqua; inoltre è prevista la creazione di un nuovo luogo d'incontro. I percorsi pedonali e quelli ciclabili sono stati parzialmente separati per ridurre i conflitti e nello stesso tempo migliorare l'attrattiva degli spazi dedicati al movimento. Inoltre sono state definite aree in cui è possibile limitare temporaneamente l'accesso durante il periodo della cova per proteggere le specie di uccelli sensibili ai disturbi. Infine è stato istituito un servizio di ranger.

Aspetti e conoscenze nuove

Una pianificazione e un'attuazione interdisciplinari comuni danno spazio a soluzioni buone e sostenibili.

La protezione della natura e lo svago devono essere armonizzati tra loro in anticipo, gestendo in modo oculato l'accesso e la permanenza dei visitatori mediante misure organizzative, edili e di comunicazione.



Protezione contro le piene dell'Emme
 Protezione contro le piene dell'Emme – Ufficio dell'ambiente – Cantone di Soletta (in tedesco)

Approccio trasversale

Per offrire alla popolazione una zona ricreativa di prossimità variata sono stati realizzati punti d'incontro, parchi giochi, spazi per lo svago e luoghi in cui sostare, con un accesso migliorato per le biciclette e i pedoni. Al contempo è garantita la protezione contro una piena centenaria. Ciò è stato possibile solo grazie a un processo di comunicazione attiva, in cui sono stati coinvolti numerosi attori e la popolazione.

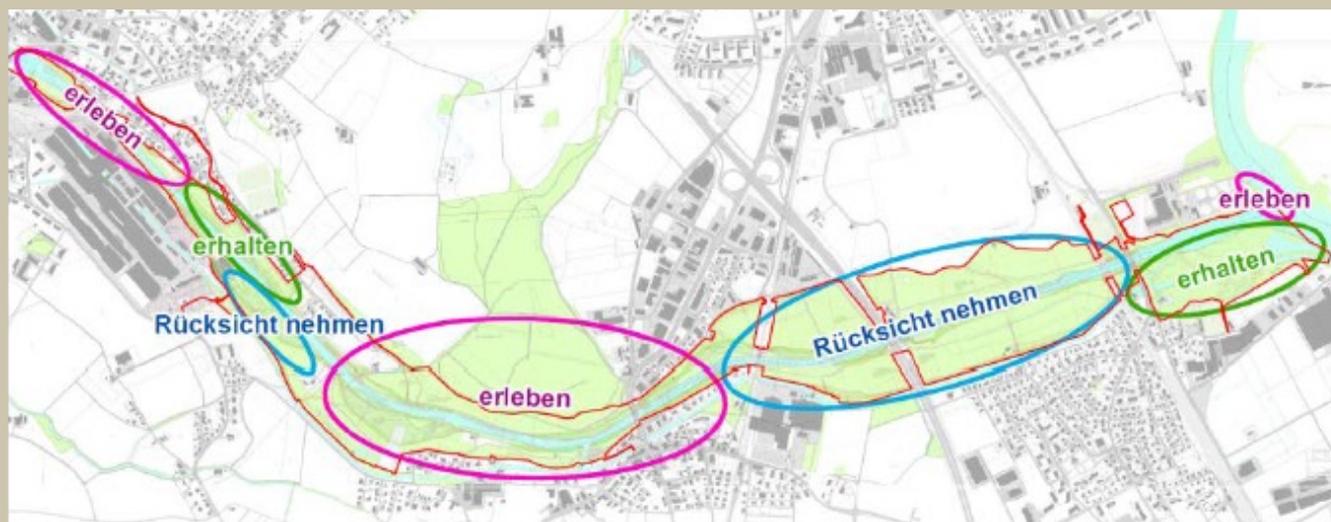


Figura 7: zone centrali per la gestione e l'informazione dei visitatori.

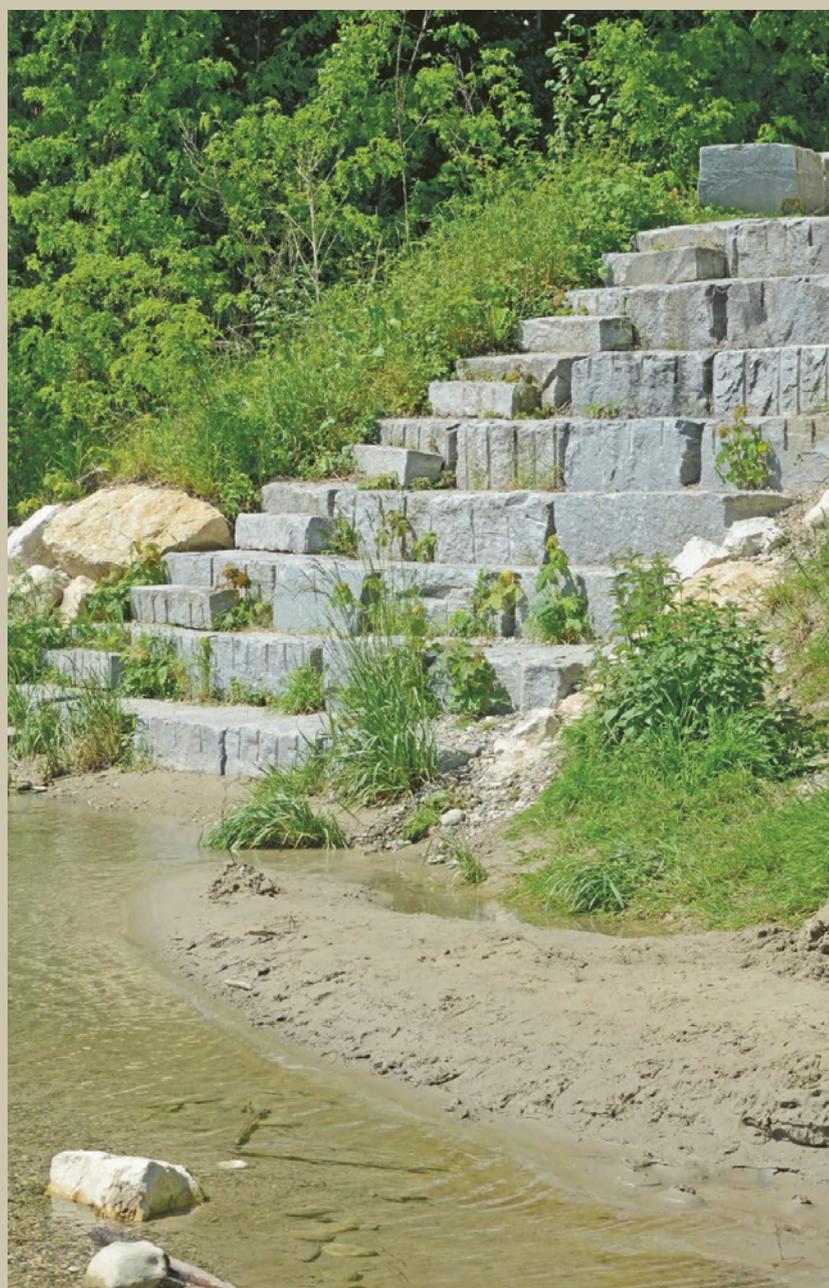


Figura 8: La rivitalizzazione del corso inferiore del fiume Emme (SO) ha inoltre reso possibile la creazione di diversi punti di accesso supplementari all'acqua per le persone. I suoni ricreativi del fiume Emme, così come la flora e la fauna circostanti, sono risorse preziose per i visitatori.

«Mein Weg – unser Netz» (Il mio sentiero, la nostra rete): sviluppo partecipativo di una rete indipendente di percorsi pedonali della regione di Frauenfeld

Obiettivo del progetto

L'obiettivo del progetto, nel quadro dei progetti modello per uno sviluppo sostenibile del territorio della generazione 2020–2024, è quello di sviluppare reti indipendenti di percorsi pedonali in modo partecipativo, rilevando insieme ai Comuni e ai loro abitanti i sentieri noti e quelli storici, ed eventualmente facendoli rivivere e collegandoli tra loro. Vi rientra anche la creazione di percorsi attrattivi lontani dai principali assi stradali e l'allestimento di luoghi d'incontro che soddisfino le esigenze della popolazione, le cui conoscenze di tutti i giorni svolgono un ruolo rilevante. In particolare nell'ottica della salute e della sfida della densificazione centripeta, disporre di percorsi pedonali attrattivi è sempre più importante.

Metodologia, processi e implementazione

I primi colloqui con i responsabili nei Comuni hanno portato a un accordo di collaborazione. In seguito, in ogni Comune sono stati svolti intensi lavori di ricerca: sono stati studiati vecchi piani, esaminati regolamenti nuovi ed esistenti, raccolti progetti e strumenti di pianificazione e in seguito è stata eseguita un'analisi di tutti i documenti, che ha funto da base per gli ulteriori lavori. Insieme ai responsabili di progetto nei Comuni è stata eseguita un'analisi dei gruppi di interesse e sono state identificate le persone chiave. Un workshop durante il quale i diversi gruppi target della popolazione hanno potuto presentare le loro conoscenze sui vecchi sentieri e sul movimento quotidiano nella zona abitata nonché le loro esigenze di tutti i giorni ha funto da avvio effettivo del programma. Con un notevole sforzo, la direzione del progetto ha poi sviluppato specifiche procedure metodologiche sulla base degli obiettivi individuali dei singoli Comuni. L'intenzione era di prendere le distanze dai metodi correnti; al loro posto sono stati sviluppati nuovi approcci creativi per raggiungere un'ampia fascia della popolazione, garantire l'informazione e il coinvolgimento di tutti gli interessati e includere anche le voci solitamente meno percepite. I risultati sono stati raccolti singolarmente per ogni Comune e sottoposti a una perizia svolta sul posto dall'organizzazione specializzata Mobilità pedonale Svizzera (MPCH). In un rapporto, MPCH ha infine formulato raccomandazioni destinate ai Comuni per generare cosiddetti quick win (risultati rapidi), per progetti a medio termine e per l'integrazione in procedure di pianificazione pluriennali, quali un piano direttore o il risanamento di strade cantonali che non hanno ancora raggiunto la loro durata di vita.

In parallelo è stato istituito un sounding board cantonale in cui sono rappresentati gli uffici specializzati rilevanti, ovvero quello delle Foreste, ambiente e prote-

zione delle acque, del Genio civile e quelli del Traffico, Salute, Sport, Programma d'agglomerazione, Sviluppo del territorio e dell'Agricoltura. Tale commissione ha sostenuto i servizi cantonali nel riconoscere i punti deboli e nel comprendere le richieste di cambiamento e/o di miglioramento della situazione del traffico da parte della popolazione. Qualora i Comuni si rivolgessero ai servizi cantonali potranno ora aspettarsi che le loro richieste individuali troveranno ascolto e comprensione.

Dopo che tutti i rapporti sono stati redatti, approvati dalle autorità competenti e pubblicati, ogni Comune si è impegnato contrattualmente a integrarne i risultati nei propri processi di pianificazione a breve, medio e lungo termine. Per la popolazione è importante che vengano attuati i quick win, affinché diventi evidente che il proprio impegno ha degli effetti. Ciò è stato possibile in tutti e quattro i Comuni e nella città.

Attuazione: che cosa è stato raggiunto fino ad oggi

I successi ottenuti fino al 2023 sono i seguenti

- rilevamento della situazione individuale e analisi sulla base di piani storici, formulazione di obiettivi e stipulazione di contratti per i singoli Comuni;
- eventi informativi pubblici, partecipazione della popolazione;
- definizione della procedura con i Comuni, attuazione dei metodi;
- formazione di un gruppo specializzato nella città di Frauenfeld;
- lancio del sounding board cantonale;
- piano di comunicazione globale;
- valutazione dei risultati, perizia sul posto, redazione di un rapporto contenente raccomandazioni;
- consegna dei rapporti ai Comuni, feste di chiusura in ogni Comune.

Insegnamenti tratti dal progetto

- Ogni Comune è diverso. Le strutture, le persone, le esigenze e le posizioni (politiche) possono variare. Questo fatto deve sempre essere tenuto in considerazione.
- Una procedura iterativa, interdisciplinare e inter-settoriale è il presupposto fondamentale per la riuscita del progetto.
- In ogni Comune serve una direzione del progetto ben organizzata. Può essere integrata in modi completamente diversi, ma deve essere in grado di prendere decisioni e deve disporre di risorse.
- La popolazione deve poter partecipare in modo attivo alla configurazione del proprio ambiente di vita.



Pubblicazione dell'ARE

<https://www.aren.admin.ch/dam/are/it/dokumente/service/publikationen/forum-raumentwicklung-raum-ge-sundheit-01-2022.pdf.download.pdf/forum-raumentwicklung-raum-ge-sundheit-01-2022.pdf>

Progetti modello 2020–2024

Rilevare i collegamenti pedonali nella regione di Frauenfeld (TG) grazie alle conoscenze e ai sentieri di tutti i giorni (admin.ch)

Approccio trasversale

La procedura riunisce diverse discipline (promozione della salute, pianificazione del territorio, pianificazione e sicurezza del traffico, lavoro con gli anziani, lavoro con le scuole, con bambini e adolescenti ecc.) e rileva sistematicamente le basi e le esperienze per i quattro diversi tipi di quartieri o Comuni. In questo modo si garantisce che, una volta concluso il progetto, esista una metodologia adeguata che può essere applicata anche da altri quartieri o Comuni.

«Mein Weg – Unser Netz»: Organisation

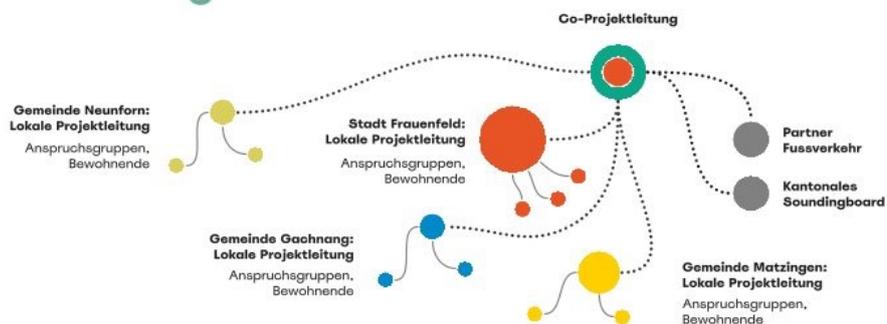


Figura 9: Organizzazione



Figura 10: La rete di sentieri di Frauenfeld è variata e permette di risparmiare tempo se si conoscono le scorciatoie.



Figura 11: Anche le piste ciclabili sono interessanti per gli allievi che possono viaggiare in sicurezza da casa a scuola e viceversa.

Progetti e programmi sostenuti dalla Confederazione

(senza pretese di completezza)

Progetti e programmi	Ufficio federale (direzione)	Descrizione
Progetti modello per uno sviluppo sostenibile del territorio	ARE	<p>I progetti modello sono progetti innovativi proposti dai Comuni, dalle regioni, dagli agglomerati e dai Cantoni e sostenuti dalla Confederazione. La prima generazione è stata avviata nel 2002. Normalmente i progetti sono sostenuti per un periodo di quattro anni.</p> <p> Progetti modello Sviluppo sostenibile del territorio</p>
Programma Traffico d'agglomerato (PTA)	ARE	<p>I sistemi di trasporto sono di fondamentale importanza per lo sviluppo degli agglomerati. La Confederazione sostiene una pianificazione coerente degli agglomerati finanziando progetti che coordinano in modo efficace l'insediamento e il traffico. Una delle questioni più importanti dei progetti cofinanziati è lo sviluppo della mobilità attiva (in bicicletta e a piedi) e dei trasporti pubblici. La procedura di consultazione sulla quarta generazione del programma d'agglomerato è stata avviata in giugno 2022.</p> <p> Programma Traffico d'agglomerato</p>
Ufficio di coordinamento per la mobilità sostenibile (COMO)	UFE	<p>L'Ufficio di coordinamento per la mobilità sostenibile (COMO) sostiene progetti nel settore della mobilità sostenibile per promuovere modalità di trasporto ecologiche, a basso consumo di risorse e che favoriscono l'attività fisica. I progetti possono essere presentati due volte all'anno.</p> <p> Ufficio di coordinamento per la mobilità sostenibile (COMO)</p>
Attività fisica e ambiente	UFSP	<p>La promozione di un ambiente favorevole al movimento sostenuta dall'UFSP mira a ridurre i rischi di malattie non trasmissibili (Strategia nazionale sulla prevenzione delle malattie non trasmissibili). Vengono messi a disposizione il finanziamento di progetti, un sistema di monitoraggio, due newsletter nonché una piattaforma di informazione e piattaforme di scambio.</p> <p> Attività fisica e ambiente</p>
Laboratorio delle innovazioni lab7×1	UFSP	<p>L'obiettivo del lab7×1 istituito dall'UFSP è lo sviluppo di idee innovative che contribuiscono ad ancorare l'attività fisica tra le abitudini quotidiane al fine di superare una sfida: fare movimento per un'ora al giorno, sette giorni alla settimana. Al momento sono in corso diversi progetti pilota.</p> <p> Il laboratorio delle innovazioni lab7×1</p>
Programma di incentivazione per lo sviluppo sostenibile	ARE	<p>Il programma, avviato nel 2001, si riallaccia alla Strategia per uno sviluppo sostenibile 2030 e funge da promotore per attuazioni concrete con effetti positivi sullo sviluppo sostenibile. Ogni anno si tiene un bando di concorso.</p> <p> Programma di incentivazione per lo sviluppo sostenibile (admin.ch)</p>
Concezione di impianti sportivi comunali (GESAK); guida	UFSP	<p>La guida per le concezioni di impianti sportivi comunali («Leitfaden für Gemeinde-Sportanlagenkonzepte GESAK») offre informazioni di base per elaborare una concezione di impianti sportivi e di spazi legati al movimento. Tali concezioni consentono uno sviluppo mirato a livello territoriale (utilizzo parsimonioso del suolo), quantitativo (in linea con gli utenti) e qualitativo (adeguato al più recente standard tecnico e orientato al futuro) degli impianti sportivi e degli spazi legati al movimento. Al momento il documento è in corso di revisione.</p>

Progetti e programmi	Ufficio federale (direzione)	Descrizione
Accordi programmatici nel settore ambientale	UFAM	<p>L'accordo programmatico tra la Confederazione e i Cantoni è uno strumento centrale per la promozione di qualità ambientali. Nei settori tematici paesaggio, protezione della natura, rivitalizzazioni e bosco si creano qualità territoriali che servono anche al movimento e allo svago, e che pertanto sono utili per la salute. Attualmente è in corso il quarto periodo programmatico (2020–2024).</p> <p> Manuale Accordi programmatici nel settore ambientale</p>
Roadmap bicicletta	USTRA	<p>Dopo diverse decisioni del Consiglio federale sul miglioramento delle condizioni quadro e dell'infrastruttura per il traffico ciclistico, questa roadmap, ancora in fase di concezione, è intesa come piattaforma centrale di informazione in un processo collaborativo tra tutte le parti coinvolte, con lo scopo di raddoppiare entro il 2035 il traffico ciclistico rispetto al 2021.</p>
SvizzeraMobile		<p>SvizzeraMobile è la rete del traffico lento a piedi, in bicicletta, in mountain bike, con i pattini in linea e in canoa nonché per eventi quali slowUp e lo sport di montagna in tutte le stagioni dell'anno. La rete è promossa da diversi enti pubblici e partner specializzati.</p> <p> SvizzeraMobile</p>
Global Action Plan on Physical Activity (GAPPA)	UFSP	<p>Il «Global Action Plan on Physical Activity 2018–2030» (GAPPA) dell'OMS formula l'obiettivo di ridurre a livello mondiale la quota di persone fisicamente inattive del 15 per cento entro il 2030. Analogamente, a livello nazionale gli attori GAPPA coinvolti si sono prefissati l'obiettivo di ridurre anche in Svizzera la quota di persone fisicamente inattive e parzialmente attive del 15 per cento entro il 2030. L'UFSP coordina l'attuazione del GAPPA in Svizzera, insieme agli attori nazionali.</p> <p> Punto della situazione e analisi dei portatori di interessi – GAPPA (in tedesco)</p> <p>Let's be active, the global action plan on physical activity 2018–2030 (who.int) (in inglese)</p>

Gruppi di coordinamento

(senza pretese di completezza)

In questa rubrica si presentano gli attori e i gruppi importanti per l'attuazione e il coordinamento di progetti. Inoltre viene illustrata la collaborazione tra attori pubblici e privati. Infatti, una delle sfide è il gran numero di attori coinvolti su diversi livelli che, sebbene perseguano obiettivi simili e utilizzino strumenti analoghi, al momento sono fortemente orientati in base ai settori.

Coordinamento federale sport, movimento, territorio e ambiente

Tale organo è composto da delegati dei diversi uffici che si occupano di questioni legate agli spazi liberi favorevoli al movimento (UFSP0, UFSP, ARE, UFAM) per consentire uno scambio intersettoriale. Il Coordinamento federale sport, movimento, territorio e ambiente è responsabile di creare una comprensione comune degli aspetti legati a questa tematica e di unire le molteplici attività della Confederazione in questo campo.

Competenza: UFSP0, UFSP, ARE, UFAM

Frequenza degli incontri: normalmente quattro volte all'anno a livello operativo, uno scambio strategico

Coordinamento federale del traffico lento (mobilità attiva)

Il gruppo di lavoro Coordinamento federale del traffico lento (TL) è stato istituito in base a un mandato del Consiglio federale volto ad aumentare la quota che il TL (pedoni, biciclette, monopattini ecc.) occupa nell'insieme dei trasporti. L'obiettivo è quello di coordinare i diversi compiti della Confederazione nell'ambito del TL. Sotto la direzione dell'Ufficio federale delle strade (USTRA), agli incontri partecipano tutti gli Uffici federali che si occupano del tema del TL, nonché le più importanti organizzazioni specializzate nel TL.

Responsabilità: USTRA

Frequenza degli incontri: due volte all'anno

Hepa

Hepa è la rete svizzera per la salute e il movimento. Riunisce diverse organizzazioni, istituzioni e aziende con il compito comune di promuovere la salute attraverso lo sport e il movimento. Hepa è sponsorizzata dall'UFSP0, dall'UFSP, da Promozione Salute Svizzera e dall'Ufficio prevenzione infortuni (UPI). Il segretario di hepa.ch si trova presso l'UFSP0 a Magglingen.



hepa.ch

Responsabilità: UFSP0, UFSP,

Promozione Salute Svizzera, UPI

Frequenza degli incontri: una volta all'anno

Forum «Landschaft bewegt die Schweiz» (Il paesaggio muove la Svizzera)

Il forum è un formato che consente lo scambio di esperienze e gli incontri. È organizzato dal Coordinamento federale sport, movimento, territorio e ambiente (v. sopra). Il forum offre la possibilità ad attori sia pubblici che privati di mettersi in rete e intensificare lo scambio tra le diverse cerchie specialistiche. L'obiettivo principale di questo incontro consiste nel trovare soluzioni per promuovere le qualità paesaggistiche e naturali e nel rafforzare la collaborazione degli attori nei settori della promozione del movimento e dello sport, nonché della natura e del paesaggio. In questo contesto possono anche essere fatte riflessioni sull'armonizzazione delle politiche settoriali.



[Forum «Landschaft bewegt die Schweiz»](#)
(in tedesco e francese)

Competenza: UFAM, UFSP, ARE, UFSP
Frequenza degli incontri: una volta all'anno

Ulteriori organi e risorse di organizzazioni Label «Commune en santé» (Comune sano)

Con questo label semplice e gratuito vengono rilevate le misure di prevenzione e di promozione della salute esistenti in un Comune e ne viene dedotta la necessità di ulteriori interventi. Il label è stato sviluppato da Promozione Salute Vallese e viene offerto anche nei Cantoni di Vaud, Giura, Ginevra e Friburgo. Esso è suddiviso in sei settori, di cui uno è «spazio pubblico e infrastrutture».



labelcommunesante.ch (in tedesco e francese)

Opuscolo «Bewegungs- und begegnungsfreundliche Siedlungsstrukturen in Instrumenten der Raum- planung verankern»

L'opuscolo «Bewegungs- und begegnungsfreundliche Siedlungsstrukturen in Instrumenten der Raumplanung verankern – Ein Leitfaden für Verantwortliche in Gesundheitsdirektionen» (Ancorare le strutture insediative favorevoli al movimento e all'incontro in strumenti di pianificazione del territorio – Una guida per i responsabili nelle direzioni della sanità) della Fondazione Promozione Salute Svizzera ha l'obiettivo di rendere accessibile il linguaggio e gli strumenti della pianificazione del territorio alle persone che operano nel settore della promozione della salute. La maggiore comprensione che ne risulta dovrebbe motivare a collaborare con le persone responsabili per la pianificazione del territorio.



[Opuscolo «Bewegungs- und begegnungsfreundliche Siedlungsstrukturen in Instrumenten der Raumplanung verankern»](#) (in tedesco)

Basi legali

Leggi nazionali

Legge federale sulla promozione dello sport e dell'attività fisica (LPSpo)

Questa legge mira ad aumentare le capacità fisiche della popolazione, a promuovere la salute, a sostenere lo sviluppo e la maturazione dei singoli individui in tutte le sue dimensioni e a rafforzare la coesione sociale. La legge intende incrementare l'attività fisica e sportiva in tutte le fasce d'età. Vengono sottolineati i valori positivi dello sport. Infine, in questo testo di legge è integrata la prevenzione di infortuni legati allo sport. La Confederazione sostiene programmi e progetti, li realizza e adotta delle misure. Collabora con i Cantoni e i Comuni per raggiungere questi obiettivi.



[alla legge](#)

Legge federale sulla pianificazione del territorio (LPT)

La LPT contiene basi per utilizzare il suolo in modo parsimonioso e per separare le superfici del Paese edificabili da quelle non edificabili. Uno dei principi concerne il paesaggio (art. 3 cpv. 2) e la necessità di impegnarsi per la sua conservazione. In particolare, gli insediamenti devono contenere numerosi spazi verdi e alberi. I Cantoni elaborano studi sui fondamenti (art. 6) e allestiscono i loro piani direttori in conformità con gli obiettivi della LPT. L'articolo 17 definisce il concetto di zone meritevoli di protezione e integra così la qualità del paesaggio nelle sue dimensioni ecologiche, storiche e culturali.



[alla legge](#)

Legge federale sulla protezione della natura e del paesaggio (LPN)

La LPN persegue diversi obiettivi, quali il rispetto e la protezione delle caratteristiche del paesaggio e dell'aspetto degli abitati, la promozione e la tutela di rarità naturali e monumenti culturali, la protezione della fauna e della flora indigene, della loro diversità biologica e dei loro spazi vitali naturali e la promozione dell'insegnamento e della ricerca in questi ambiti. La Confederazione sostiene i Cantoni nell'adempiimento dei loro compiti e sostiene gli sforzi delle associazioni che si impegnano per la biodiversità e il paesaggio. Gli ulteriori compiti della Confederazione sono illustrati in maggiore dettaglio nell'articolo 2.



[alla legge](#)

Decreto federale concernente le vie ciclabili, i sentieri e i percorsi pedonali

Nella votazione del 23 settembre 2018, il Popolo e i Cantoni hanno accettato il decreto federale concernente le vie ciclabili, i sentieri e i percorsi pedonali con il 73,6 per cento dei voti. La Confederazione può ora emanare principi in materia di reti ciclabili, nonché sostenere e coordinare provvedimenti di Cantoni, Comuni e altri attori. La legge è entrata in vigore il 1° gennaio 2023, e tematizza inoltre, tra gli altri aspetti, l'obbligo di pianificazione da parte dei Cantoni e la necessità di garantire l'accessibilità ai piani in forma elettronica.



[al decreto federale concernente le vie ciclabili, i sentieri e i percorsi pedonali](#)

Concezioni e piani settoriali

Concezione «Paesaggio svizzero» (CPS)

La CPS è uno strumento di pianificazione della Confederazione e costituisce il quadro per uno sviluppo del paesaggio coerente e orientato alla qualità. Per paesaggio si intende da un lato lo spazio in cui la popolazione abita, lavora e si dedica ad attività ricreative, fisiche, culturali ed economiche, e dall'altro la base territoriale per la biodiversità (UFAM 2020c: 11).

Con la promozione della salute, del movimento e dello sport, nella politica del paesaggio si creano molteplici sinergie tra i settori interessati. Gli obiettivi specifici «Salute, Movimento e Sport» fungono da base per gli Uffici federali competenti – l'UFSP e l'UFSPo – nell'attuazione dei loro compiti nell'ambito della promozione della salute, del movimento e dello sport. Anche il traffico lento, per il quale è responsabile l'USTRA, nonché la pianificazione del territorio, che rientra nel campo di responsabilità dell'ARE, presentano numerosi punti di connessione con il settore del movimento e dello sport (UFAM 2020c: 29).



[alla Concezione «Paesaggio svizzero» \(CPS\)](#)

Concezione degli impianti sportivi di importanza nazionale (CISIN)

La CISIN è una concezione ai sensi della legge federale del 22 giugno 1979 sulla pianificazione del territorio (LPT) e funge così da strumento di pianificazione e coordinamento per l'attuazione della politica federale in materia di impianti sportivi. La CISIN è coerente con gli altri piani settoriali e le concezioni della Confederazione, in particolare con la CPS e il piano settoriale delle superfici per l'avvicendamento delle colture.

Questa concezione tiene conto della rilevanza dell'utilizzo della natura e del paesaggio nel quadro delle attività sportive. È importante consentire uno sviluppo ordinato e ragionevole delle attività sportive considerando gli interessi della protezione della natura e dell'ambiente.



[alla Concezione degli impianti sportivi di importanza nazionale CISIN](#)

Piano settoriale dei trasporti

Il Piano settoriale dei trasporti è un quadro vincolante per le autorità. La parte programmatica risale al 2006 e le parti «Infrastruttura ferroviaria» e «Infrastruttura stradale» sono attualmente in corso di rielaborazione. Tale processo di revisione ha lo scopo di rendere il Piano settoriale dei trasporti uno strumento che concretizza gli obiettivi del Progetto territoriale Svizzera e che pone le basi per il coordinamento tra le infrastrutture di trasporto d'importanza nazionale e lo sviluppo territoriale.



[al Piano settoriale dei trasporti](#)

Politica degli agglomerati/Programma Traffico d'agglomerato (PTA)

I sistemi di trasporto e lo sviluppo delle città sono strettamente interconnessi: le nuove offerte nell'ambito dei trasporti favoriscono la crescita delle città. Viceversa lo sviluppo delle città porta a un aumento del traffico e pertanto a una maggiore sollecitazione delle infrastrutture. Attraverso il PTA, la Confederazione crea incentivi per una pianificazione coerente dei trasporti e degli insediamenti negli agglomerati,

incoraggiando così lo sviluppo centripeto degli insediamenti al di là delle frontiere comunali, cantonali e nazionali e l'ampliamento dell'offerta dei trasporti laddove sussiste una reale necessità.



[al Programma Traffico d'agglomerato](#)

Strategie

Strategia di politica sanitaria del Consiglio federale 2020–2030

L'obiettivo 7 della strategia di politica sanitaria del Consiglio federale Sanità2030 è di rafforzare la salute umana tramite l'ambiente e nello specifico tramite il mantenimento e la promozione delle qualità della natura e del paesaggio.

Per l'attuazione è stata elaborata la roadmap Ambiente e salute, che funge anche da punto di partenza per ulteriori riflessioni in merito alla messa in rete degli attori nel settore ambiente e salute, in particolare in relazione a come: coordinare e concertare le misure esistenti e quelle future, sfruttare i potenziali di sinergia e agire tempestivamente in caso di necessità.



[alla strategia di politica sanitaria del Consiglio federale 2020–2030](#)



[alla roadmap Ambiente e salute](#)

Strategia nazionale sulla prevenzione delle malattie non trasmissibili (Strategia MNT)

Il Consiglio federale ha deciso di rafforzare la promozione della salute e di prevenire maggiormente le malattie. Ciò dovrebbe essere garantito dalla Strategia MNT, che è stata proposta dal Dialogo sulla politica nazionale della sanità e fa parte della visione globale in materia di politica sanitaria Sanità2030.

La promozione del movimento è un importante fattore di protezione contro le malattie non trasmissibili. Tali malattie costituiscono l'80 per cento dei costi sanitari in Svizzera. Gli spazi liberi favorevoli al movimento e la promozione della mobilità attiva sono i modi migliori di stimolare le persone a muoversi di più, che sia a casa, a scuola o al lavoro, durante gli spostamenti o nel tempo libero.



[alla Strategia nazionale sulla prevenzione delle malattie non trasmissibili](#)

Strategia per uno sviluppo sostenibile 2030

Con la Strategia per uno sviluppo sostenibile 2030, il Consiglio federale definisce le priorità per l'attuazione dell'Agenda 2030 per uno sviluppo sostenibile, sia per la politica interna sia per quella esterna. La Strategia comprende tre ambiti tematici prioritari: 1. Consumo e produzione sostenibili; 2. Clima, energia e biodiversità; 3. Pari opportunità e coesione sociale. Numerosi sotto-obiettivi fanno riferimento al benessere e alla salute delle persone, a un allestimento delle zone abitate sostenibile e prossimo alla natura e al rafforzamento della diversità biologica.



[alla Strategia per uno sviluppo sostenibile](#)

Agenda 2030 per uno sviluppo sostenibile

L'Agenda 2030 è una risoluzione dell'Organizzazione delle Nazioni Unite (ONU) per lo sviluppo sostenibile adottata nel 2015. La comunità internazionale si orienta in base a 17 obiettivi che coprono sia la sostenibilità ecologica, sia quella economica e sociale. Gli Stati si impegnano a sforzarsi di raggiungere gli obiettivi entro il 2030. Uno dei 17 obiettivi riguarda esplicitamente la salute (l'obiettivo numero 3), un altro lo sviluppo sostenibile di città e insediamenti (11) e un altro ancora la vita sulla terra con la conservazione degli spazi naturali e della biodiversità (15).



[all'Agenda 2030 per uno sviluppo sostenibile](#)

Strategia tempo libero e attività ricreative nel bosco

Il bosco offre ai visitatori un ambiente che favorisce la salute. L'importanza del bosco come luogo di svago per la popolazione s'iscrive tra le funzioni ricreative delle foreste (Costituzione federale del 1999). La Strategia mira a un'alta qualità dei servizi forniti dalla foresta per il tempo libero e lo svago. Contribuisce direttamente all'attuazione della politica forestale 2020 del Consiglio federale. Si concentra su tre priorità (triple win): 1. promuovere la salute della popolazione; 2. preservare l'ecosistema naturalistico forestale; 3. valorizzazione economica dei servizi ricreativi forniti dalla foresta.



[alla Strategia Tempo libero e attività ricreative nel bosco](#)

Strategia Traffico del tempo libero

Già nel 2009, il Consiglio federale ha definito nella Strategia Traffico del tempo libero l'orientamento generale e diverse misure, tra cui la promozione dei tragitti brevi. I tragitti brevi presuppongono il miglioramento dell'attrattiva di un luogo, potenziando per esempio l'offerta di opportunità del tempo libero o rendendo più accessibili e pubblicizzando meglio le strutture di prossimità. Al momento la Confederazione sta lavorando al rilevamento del traffico turistico allo scopo di aggiornare la Strategia Traffico del tempo libero alla luce delle nuove conoscenze e dei recenti sviluppi.



[alla Strategia Traffico del tempo libero](#)

Riferimenti bibliografici

- Accademia svizzera di scienze naturali SCNAT, 2019: Biodiversität, eine Garantie für Gesundheit? Berna, Accademia svizzera di scienze naturali SCNAT, scheda informativa.
- Ufficio federale dello sviluppo territoriale ARE, 2022: Territorio e salute – Pianificazione fonte di benessere. Forum sviluppo territoriale (01)
- Bauer Nicole, Hofmann Mathias, Young Christopher, 2021: Die Wirkung der Landschaft auf den Menschen: Einfluss auf Stressreduktion und Erholung. In: Bürgi et al. (Red.): Erholbare Landschaft. Rapporti WSL 115, pag. 21.
- Ufficio federale dell'ambiente UFAM, 2020a: Meravigliosamente vario. Il paesaggio e la sua importanza per la qualità di vita. Webzine «l'ambiente. Le risorse naturali della Svizzera» 3/2020.
- Ufficio federale dell'ambiente UFAM, 2020b: Il silenzio – non un lusso, una necessità. <https://www.bafu.admin.ch/bafu/it/home/temi/rumore/dossier/la-tranquillita-non-un-lusso-una-necessita.html> [consultato a settembre 2023].
- Ufficio federale dell'ambiente UFAM, 2020c: Concezione «Paesaggio svizzero». Il paesaggio e la natura nelle politiche settoriali della Confederazione. Berna: UFAM.
- Ufficio federale dell'ambiente UFAM, 2022: Il bosco secondo la popolazione svizzera. Risultati del terzo monitoraggio socioculturale del bosco (Wamos 3). Berna: UFAM.
- Collage (2020). Nessi tra salute e ambiente costruito. Periodico di sviluppo territoriale n. 6.
- Kaplan Rachel, Kaplan Stephen, 1989: The Experience of Nature: A Psychological Perspective. New York: Cambridge University Press.
- Kondo Michelle C., Fluehr Jaime M., McKeon Thomas, Branans Charles C., 2018: Urban Green Space and Its Impact on Human Health. International Journal of Environmental Research and Public Health 15, no. 3: 445.
- Lamprecht Markus, Bürgi Rahel, Stamm Hanspeter, 2020: Sport Svizzera 2020. Attività sportiva e interesse per lo sport della popolazione svizzera. Magglingen: Ufficio federale dello sport UFSPÖ
- Remund Matthias, 2021: Die Natur als Wildpark und Sportarena. Das Outdoor-Stadion Schweiz gemeinsam planen. In: Bürgi et al. (Red.) : Erholbare Landschaft. Rapporti WSL 115, pag. 53.
- sanu, 2022: Atti del convegno «Landschaft bewegt die Schweiz» («Il paesaggio muove la Svizzera»). Magglingen: sanu AG.

Editore: Ufficio federale dello sport UFSP, Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Bundesamt für Raumentwicklung ARE, Bundesamt für Umwelt BAFU

www.ufspo.admin.ch, www.ufsp.admin.ch, www.are.admin.ch, www.ufam.admin.ch

Autori del documento: Coordinamento federale sport, movimento, territorio e ambiente
Traduzioni: Ufficio federale della sanità pubblica UFSP

Foto: Reto Camenzind (Titelbild, S. 4, 5, 6, 7, 8, 9, 17), Felix Frank (S.15), Pascal Mora/ARE (S. 17)
Layout: Ufficio federale dello sport UFSP

Edizione: 2023

Proprietà letteraria riservata. La riproduzione e la diffusione –
anche parziali –sono ammesse solo previa autorizzazione da parte dell'editore
e con indicazione della fonte.