

Comunicato Stampa

Wellness Valley, 21 Dicembre 2017

**Wellness School Challenge,
l'Istituto Tecnico Garibaldi Da Vinci si aggiudica il titolo di
"Scuola con lo stile di vita più attivo"!**

Per 7 settimane 160 studenti di Cesena hanno scelto di vivere il Wellness misurando il proprio movimento con la Wellness Valley app.

Un progetto inedito promosso da Wellness Foundation per combattere la sedentarietà tra gli adolescenti. La sfida a colpi di MOVEs ha coinvolto 160 studenti delle Scuole superiori di Cesena, dal 30 Ottobre al 20 Dicembre, utilizzando come strumento principale l'applicazione gratuita Wellness Valley. E' la sfida più lunga mai fatta utilizzando i MOVEs per la misurazione dello stile di vita.

Si è conclusa oggi la Wellness School Challenge, l'innovativo progetto promosso da Wellness Foundation per incentivare i giovani allo stile di vita attivo con un metodo semplice e divertente: misurando con la Wellness Valley app la propria attività fisica quotidiana (camminata, corsa e bicicletta) e sfidando sotto forma di gioco i propri compagni di scuola per raccogliere più MOVEs possibili e vincere contro la squadra avversaria il titolo di "Scuola con lo stile di vita più attivo!".

All'iniziativa hanno partecipato 160 studenti di due scuole di Cesena: l'Istituto Professionale di Stato Versari Macrelli e l'Istituto Tecnico Garibaldi Da Vinci. Co-autrici del progetto, le prof.sse Monica Morelli e Francesca Melagranati degli Istituti coinvolti nella singolare sfida.

Oggi, il numero dei giovani europei di età scolare in sovrappeso o obesi è allarmante, fonte sono i dati mostrati dalla Commissione Europea e l'Organizzazione della Sanità Mondiale.

L'Italia è tra i Paesi europei più sedentari, con una generazione di giovani sempre più "statica" e a rischio di sviluppare malattie croniche da adulti. Oltre il 60% degli adolescenti italiani trascorre 10-11 ore seduto fra scuola, tv e web. Le cause sono gli stili di vita errati.

Per invertire questa tendenza e *incentivare i giovani a rendere più attivo il loro stile di vita*, Wellness Foundation ha scelto di creare una competizione che utilizza lo Smartphone, strumento comunemente diffuso, diventato parte integrante della vita di questa generazione.

Attraverso la "Wellness Valley App" gli studenti hanno potuto registrare i dati corsa, camminata e bicicletta e monitorare la propria attitudine al movimento e alla pratica sportiva.

La Wellness School Challenge vuole lanciare anche un messaggio etico e sociale: *"Chi si muove fa del bene a se stesso e agli altri!"*. Il premio assegnato all'Istituto più attivo permetterà di migliorare la qualità della vita a scuola rendendola più accessibile agli studenti svantaggiati. Inoltre, i 10 studenti (5 per ogni istituto) che hanno collezionato il maggior numero di MOVEs riceveranno un premio individuale a sorpresa.

La premiazione avverrà a febbraio 2018 in occasione del Workshop annuale della Wellness Valley presso il Technogym Village di Cesena, il primo Wellness Campus al mondo.