



Stili di vita e città del futuro Roma e Montréal: due realtà a confronto

a cura di **Alessandra Capuano e Federica Morgia**

DIAP PRINT / PROGETTI 19
Quodlibet editore, Macerata 2020

Gli studi presentati in questo volume muovono dalla convinzione che la configurazione dello spazio urbano giochi un ruolo determinante nella definizione degli stili di vita, stimolando comportamenti virtuosi che contribuiscono a migliorare il benessere dei cittadini.

Le patologie contemporanee sono determinate da una vita sedentaria.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità ha definito il fenomeno dell'obesità come "una delle maggiori sfide per la salute pubblica nel XXI secolo" e ha introdotto il parametro dei 5.000 passi al giorno (ovvero una passeggiata di circa 3 km) come obiettivo che aiuta a mantenersi in salute e a dimezzare il rischio di patologie.

Per combattere questo fenomeno, ad un'azione terapeutica diretta devono essere affiancate efficaci iniziative di prevenzione, impostate sulla diffusione di validi modi di muoversi in città facendo attività fisica, un fine che può essere raggiunto riqualificando la struttura urbana. Secondo l'UE, salute e benessere sono obiettivi fondamentali strettamente integrati alla nozione di città sostenibile. Questo volume raccoglie riflessioni ed esempi concreti, utili a individuare strategie alla scala metropolitana, urbana e locale in grado di agevolare e favorire lo svolgersi di una vita attiva all'aperto. Architetti, paesaggisti, medici e sociologi, italiani e canadesi, hanno approfondito le implicazioni multidisciplinari messe in campo. Quattro casi studio, individuati in corrispondenza di importanti nodi urbani nelle città di Roma e Montréal, mostrano ipotesi e approcci per la valorizzazione dello spazio urbano per mezzo della progettazione di aree pedonali, percorsi ciclabili e attività all'aperto. Un'antologia di testi ripercorre la vita urbana del *flâneur* in queste due metropoli. Ne risulta un libro volutamente ibrido, che restituisce un quadro composito di temi che riguardano l'ambiente, la salute, il paesaggio urbano e il benessere psico-fisico dei cittadini.