

6 aprile

Giornata mondiale dell'attività fisica

Metti insieme 30 minuti di attività fisica ogni giorno

“L'attività fisica non ha barriere”



Pla d'Activitat Física
Esport i Salut

www.DiaMundialActivitatFisica.cat



Generalitat
de Catalunya

www.pafes.cat



fundació
agrupació



Traduzione e adattamento a cura del Centro Regionale di Documentazione per la Promozione della Salute (DoRS)
Regione Piemonte – Asl TO3



Giornata mondiale
dell'attività fisica

6 aprile

Metti insieme 30 minuti di attività fisica ogni giorno

“L'attività fisica: un gol spettacolare per la salute”



1714 / 2014



Generalitat
de Catalunya



Pla d'Activitat Física
Esport i Salut

PAAS

Pla integral per a la promoció
de la salut mitjançant l'activitat
física i l'alimentació saludable

Pla Nacional de Promoció
de l'Activitat Física

esportcat



fundació
agrupació

www.DiaMundialActivitatFisica.cat

www.pafes.cat

dors

Traduzione e adattamento a cura del Centro Regionale di Documentazione per la Promozione della Salute (DoRS)
Regione Piemonte – Asl TO3



Giornata mondiale
dell'attività fisica

6 aprile

La sedentarietà = Malattia...

L'attività fisica = Salute!

Ogni giorno metti insieme 30 minuti di attività fisica



**Generalitat
de Catalunya**



**Pla d'Activitat Física
Esport i Salut**



**Pla integral per a la promoció
de la salut mitjançant l'activitat
física i l'alimentació saludable**

**Pla Nacional de Promoció
de l'Activitat Física**



esportcat



**fundació
agrupació**

www.DiaMundialActivitatFisica.cat

www.pafes.cat



Traduzione e adattamento a cura del Centro Regionale di Documentazione per la Promozione della Salute (DoRS)
Regione Piemonte – Asl TO3



Giornata mondiale
dell'attività fisica

6 aprile

BAMBINO ATTIVO = ADULTO IN SALUTE

60 minuti di attività
fisica ogni giorno

30 minuti di attività
fisica ogni giorno



**Generalitat
de Catalunya**



**Pla d'Activitat Física
Esport i Salut**



**Pla integral per a la promoció
de la salut mitjançant l'activitat
física i l'alimentació saludable**

**Pla Nacional de Promoció
de l'Activitat Física**



esportcat



**fundació
agrupació**

**Agita
MUNDO**

www.DiaMundialActivitatFisica.cat

www.pafes.cat



Traduzione e adattamento a cura del Centro Regionale di Documentazione per la Promozione della Salute (DoRS)
Regione Piemonte – Asl TO3

6 aprile

#gentactiva

—
Persone attive,
Persone felici



Giornata mondiale dell'attività fisica

**Metti insieme 30 minuti di attività fisica ogni giorno se sei un adulto,
60 minuti se sei un bambino o un adolescente!**

Iscriviti e partecipa:

esport.gencat.cat/gentactiva

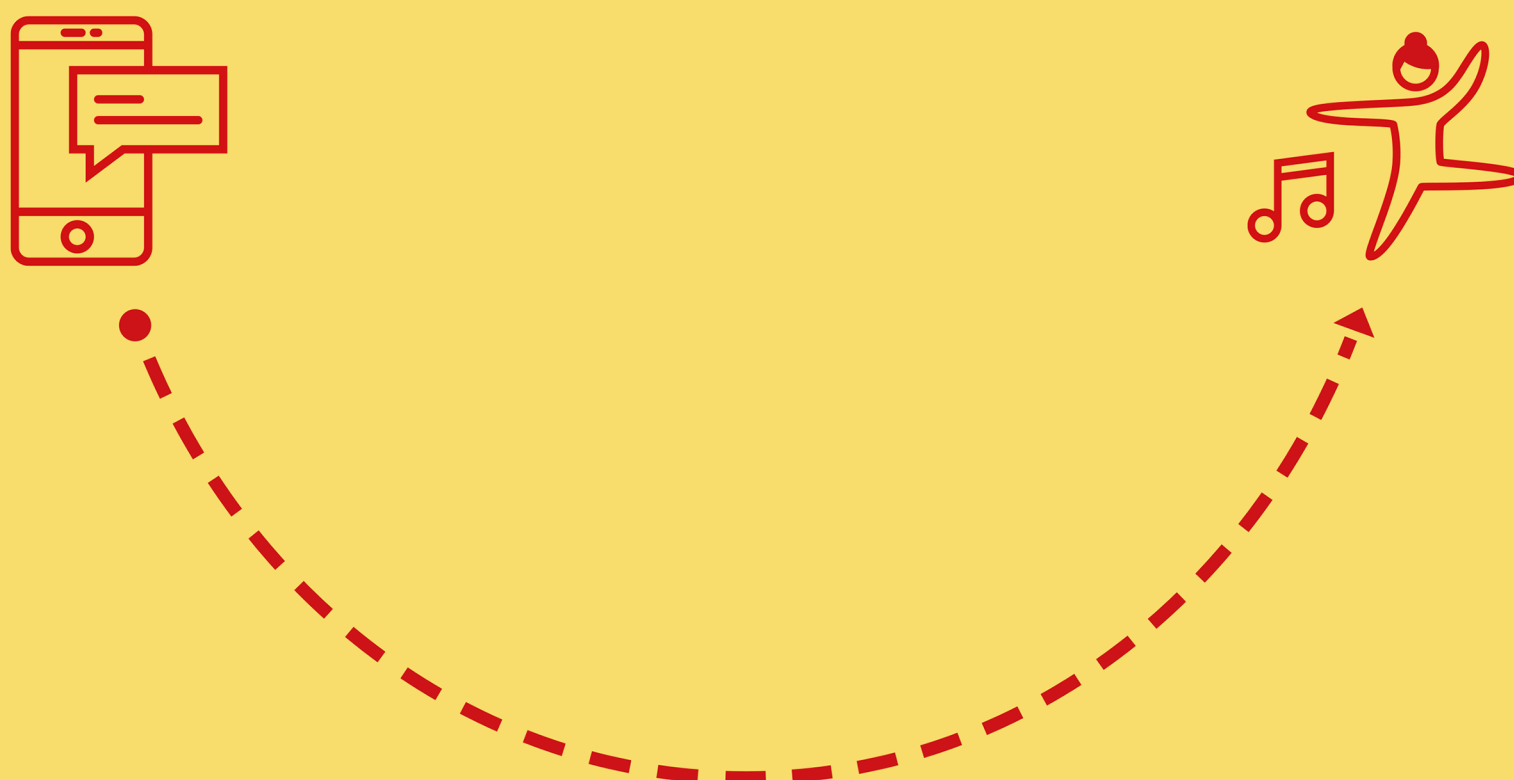


**Generalitat
de Catalunya**

6 aprile

#gentactiva

—
+ attive/i
ogni giorno



Giornata mondiale dell'attività fisica

**Metti insieme 30 minuti di attività fisica ogni giorno se sei un adulto,
60 minuti se sei un bambino o un adolescente!**

Iscriviti e partecipa:

esport.gencat.cat/gentactiva

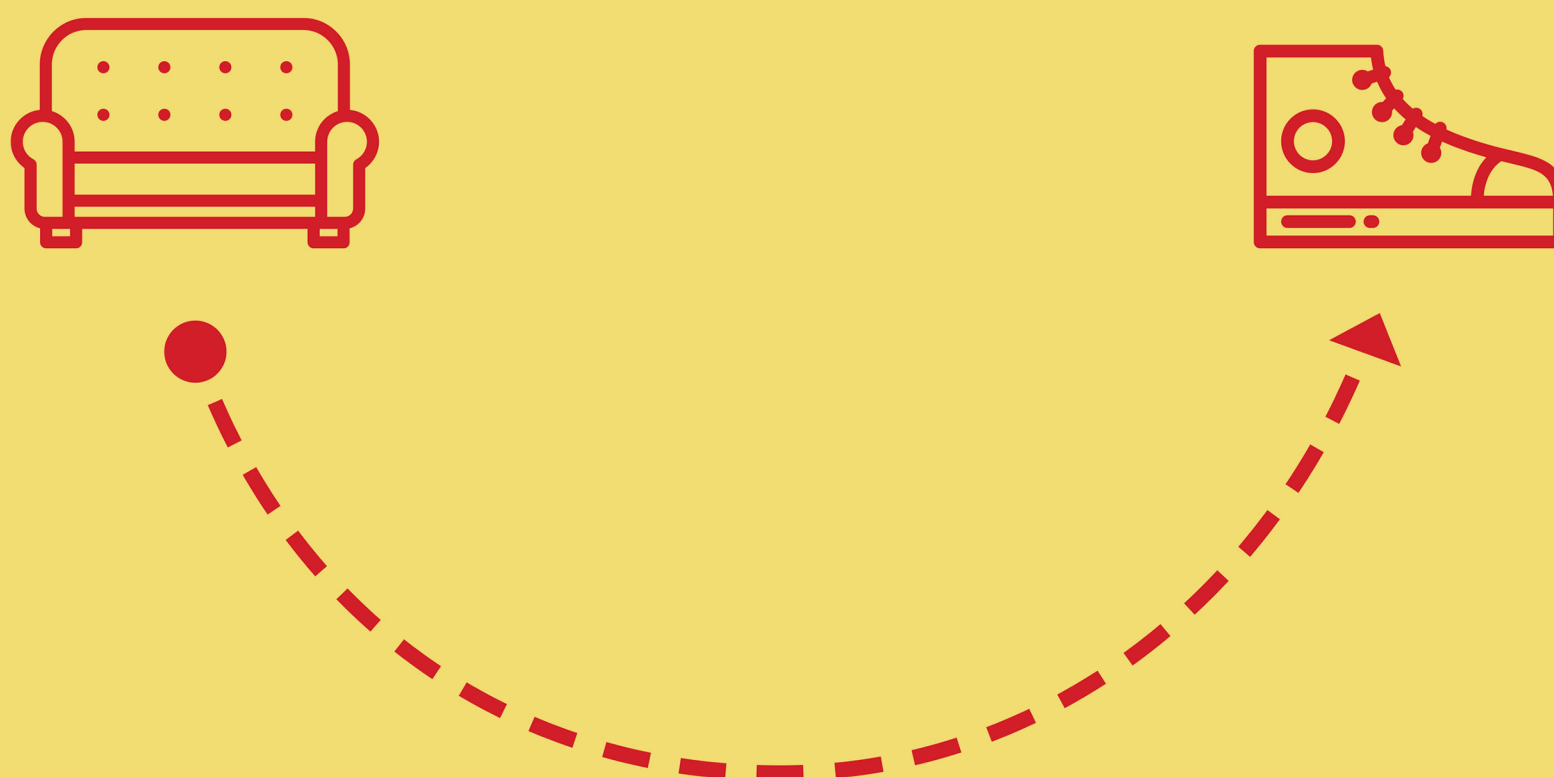


**Generalitat
de Catalunya**

6 aprile

#gentactiva

Vita attiva,
elisir di lunga vita!



Giornata mondiale dell'attività fisica

Metti insieme 30 minuti di attività fisica ogni giorno se sei un adulto o hai più di 64 anni, 60 minuti se sei un bambino o un adolescente. Migliorerai la tua vita.

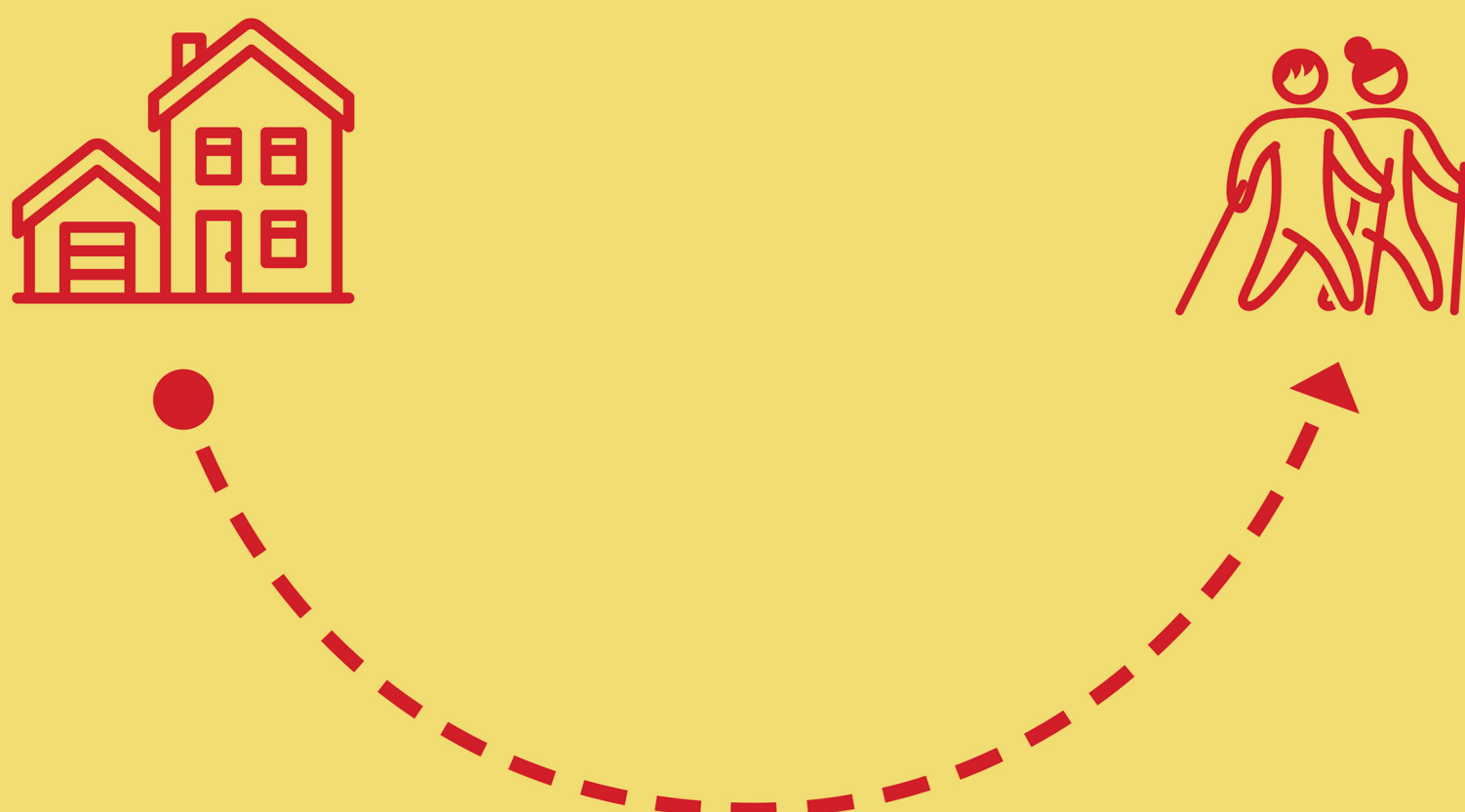
Iscriviti e partecipa:
esport.gencat.cat/gentactiva



6 aprile

#gentactiva

Vita attiva,
elisir di lunga vita!



Giornata mondiale dell'attività fisica

Metti insieme 30 minuti di attività fisica ogni giorno se sei un adulto o hai più di 64 anni, 60 minuti se sei un bambino o un adolescente. Migliorerai la tua vita.

Iscriviti e partecipa:
esport.gencat.cat/gentactiva

