

Lecco, 30 gennaio 2026

NOTIZIE PER LA STAMPA

Active³ - tre anni di ricerca, tecnologia e territorio per una vita attiva e inclusiva

Oltre 4000 persone raggiunte, dati clinici e scolastici positivi, modelli replicabili per scuole e comunità

Si è svolto questa mattina presso il campus del Polo territoriale di Lecco, l'evento conclusivo di **Active³ - Everyone, Everywhere, Everyday**, progetto Emblematico Maggiore finanziato da **Fondazione Cariplo e Regione Lombardia**, che in tre anni di lavoro ha sviluppato e sperimentato modelli innovativi per promuovere una **vita attiva e inclusiva lungo tutto l'arco della vita**, integrando ricerca scientifica, tecnologia, sanità, scuola e territorio.

L'evento ha visto la partecipazione di **Giovanni Azzone**, Presidente di Fondazione Cariplo, **Mauro Piazza**, Sottosegretario di Regione Lombardia in rappresentanza del Presidente, **Attilio Fontana**, insieme al Prorettore delegato del Polo territoriale di Lecco **Marco Tarabini**, all'ex Prorettrice **Manuela Grecchi** e a **Vico Valassi**, Presidente di Univerlecco, ente capofila del progetto.

Il progetto Active³ è stato possibile grazie al lavoro di un partenariato multidisciplinare, che ha messo a sistema competenze di ricerca, cliniche, sanitarie ed educative. Oltre al capofila **Univerlecco**, hanno collaborato il **Politecnico di Milano - Polo territoriale di Lecco**, il **Consiglio Nazionale delle Ricerche - sede di Lecco**, **ASST Lecco**, **ATS Brianza**, **IRCCS "Eugenio Medea" - Associazione La Nostra Famiglia**, **IRCCS INRCA di Casatenovo** e la **Fondazione Valduce - Ospedale Valduce - Centro di Riabilitazione Villa Beretta**. Una rete che ha permesso di integrare sperimentazione scientifica e applicazione sul campo, garantendo solidità metodologica e ricadute concrete per il territorio.

Active³ è nato dalla consapevolezza che l'attività motoria rappresenta una leva fondamentale di salute, benessere e inclusione sociale, ma che l'accesso a una vita attiva è spesso limitato da barriere fisiche, culturali, organizzative e sociali. Il progetto ha quindi sviluppato un quadro di azioni, declinate su target differenti (bambini, adulti, anziani, persone con fragilità e disabilità) con l'obiettivo di rendere la pratica motoria accessibile, sostenibile e inclusiva. Nel corso dell'evento sono stati presentati i risultati delle tre azioni progettuali da parte dei responsabili scientifici: **Manuela Galli** del Politecnico di Milano per l'azione dedicata all'**inclusione motoria nella scuola primaria**, **Giuseppe Andreoni** del Politecnico di Milano per l'azione di **digital coaching e healthy ageing** e **Marco Sacco** della sede lecchese del Consiglio Nazionale delle Ricerche per l'azione **piattaforma Sport-Terapia**.

Active³ ha saputo generare un impatto concreto e misurabile sulla comunità, grazie a sperimentazioni replicate in contesti reali. Le attività dedicate all'**inclusione motoria nella scuola** primaria hanno visto **oltre 700** bambine e bambini coinvolti nelle attività sperimentali presso il Polo di Lecco e **oltre 200** grazie all'implementazione all'interno delle scuole dei **Kit Low Cost** delle tecnologie selezionate.

Sul fronte **digital coaching e healthy ageing**, lo studio clinico ha coinvolto **243** volontari over 60, con **219** partecipanti che hanno completato il percorso annuale e un'aderenza **superiore al 93%**, confermando l'efficacia di un approccio digitale integrato alla prevenzione.

La **Piattaforma Sport-Terapia** ha esteso l'innovazione ai contesti di fragilità, disabilità e riabilitazione. Il **trike ibrido** sviluppato dal Politecnico di Milano, che integra la stimolazione elettrica funzionale, è stato testato da **20 over 65** e ha mostrato benefici nei pazienti post-ictus (**12 pazienti**, con incremento della potenza della gamba paretica del 150% e miglioramento della forza/motricità volontaria del 19%), con un'ulteriore sperimentazione su **5 pazienti** in abbinamento ad applicazioni di Realtà Virtuale.

La "**social bike**" sviluppata dal CNR – sede di Lecco ha coinvolto **5** realtà tra cliniche e scuole con **87 partecipanti**. Infine, **Active Park** realizzato dall'IRCCS "Eugenio Medea" – Associazione La Nostra Famiglia in collaborazione con il Politecnico di Milano, ha integrato tecnologia e inclusione in uno spazio pubblico dedicato al gioco e all'attività motoria. Il parco ha registrato **3.426 accessi unici**, ed è stato frequentato da oltre **220** studenti provenienti da scuole del territorio.

"Siamo giunti alla conclusione del progetto emblematico Active3 - Everyone, Everywhere, Everyday finanziato da Fondazione Cariplo e Regione Lombardia, dopo tre intensi e fruttuosi anni di attività, ricerca, sperimentazioni e innovazione. «Il mantenimento di uno stile di vita attivo, inteso come movimento e sana alimentazione, è un tema di crescente interesse e di fondamentale importanza per il benessere, oltre che come efficace forma di prevenzione» – afferma **Vico Valassi**, Presidente dell'Associazione Univerlecco. «Un approccio che, nei bambini, grazie allo sport come strumento di inclusione, favorisce la socializzazione e la tutela della salute psico-fisica; nell'adulto contribuisce a mantenere un buon equilibrio e, nelle persone anziane e fragili, sostiene una migliore qualità della vita nel tempo. Proprio per questo, oltre agli enti erogatori, desidero ringraziare tutti i ricercatori, i docenti e i clinici che hanno contribuito al raggiungimento dei risultati ottenuti e che continuano a lavorare per rispondere alle sfide che il futuro ci porrà. Oggi si chiude un progetto importante, lasciando spazio all'avvio del nuovo progetto emblematico "**INSIEME – Innovazione per la Salute e l'Inclusione sociale in MovimEnto**", con l'augurio di buon lavoro e di un grande successo".

"Regione Lombardia considera la promozione di stili di vita attivi una priorità delle proprie politiche di prevenzione, di welfare e di tutela del benessere delle persone" – dichiara **Mauro Piazza**, Sottosegretario alla Presidenza di Regione Lombardia – "Progetti come ActivE³ dimostrano quanto sia strategico mettere in rete istituzioni, centri di ricerca, sistema sanitario e comunità locali, generando ricadute concrete sui territori e migliorando la qualità della vita dei cittadini. Il sostegno della Regione, insieme a Fondazione Cariplo, nasce dalla convinzione che la salute e il benessere non si costruiscano solo nei luoghi di cura, ma anche nelle scuole, negli spazi pubblici e nelle relazioni di comunità. Per questo è fondamentale promuovere iniziative in grado di diffondere la pratica dell'attività fisica, sostenere la prevenzione e rafforzare il senso di comunità, coinvolgendo attivamente persone di tutte le età, dai più giovani agli anziani. In questa prospettiva, la conclusione di ActivE³ rappresenta un passaggio significativo verso una visione integrata e di lungo periodo, che trova continuità nel nuovo progetto Emblematico Maggiore INSIEME, pensato per rendere l'attività fisica un diritto accessibile a tutti e uno strumento di inclusione, prevenzione e benessere lungo tutto l'arco della vita".

"Lo sport è un motore fondamentale di crescita personale e collettiva" – dichiara **Giovanni Azzone**, presidente di Fondazione Cariplo – "Perché l'attività fisica quotidiana diventi un'abitudine, bisogna praticarla fin da piccoli. E gli adulti devono dare l'esempio. In una società che invecchia, l'attività fisica non è solo salutare: è necessaria. Aiuta ciascuno di noi, ma sostiene anche le comunità, che avranno sempre più difficoltà a prendersi cura dei più fragili. Prendersi cura del proprio benessere significa contribuire, in modo responsabile e altruistico, al benessere di tutti. Il progetto Active3 sviluppa con metodo questi concetti e punta all'obiettivo concreto: analizza i dati, grazie alle tecnologie e propone attività. Occorre trovare il modo e le più occasioni possibili per estendere queste esperienze a più persone possibili".

[Foto](#)