800 1222·2022 ANNI

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

Benessere e Sport in Ateneo

Report 2016-2020

Short Summary

Progetto Benessere e Sport in Ateneo

UniPD SPORT

Il progetto Benessere e Sport in Ateneo è finalizzato a promuovere e migliorare la salute e il benessere psico-fisico negli ambienti di lavoro e di studio, e sensibilizzare la comunità sull'importanza della salute, dell'attività fisica e di condurre stili di vita sani, in un'ottica di sostenibilità ambientale, sociale ed economica, in linea con l'Obiettivo 3 dell'Agenda 2030 dell'ONU.

L'Ateneo nei ranking internazionali su Salute e Benessere

2020:

201-300

2021:

84

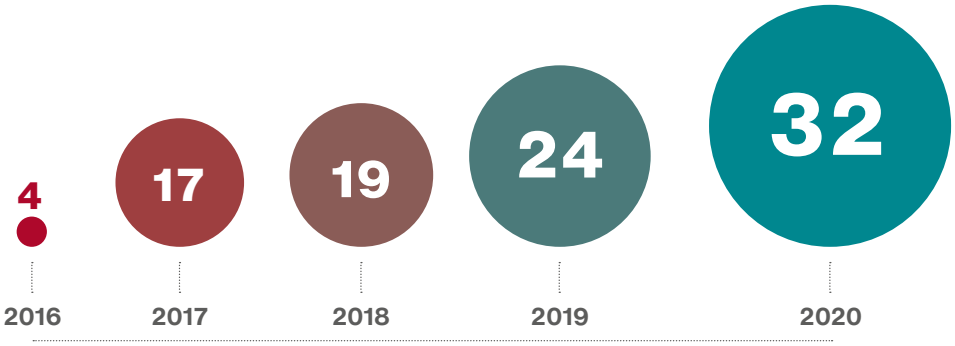
THE UNIVERSITY IMPACT RANKINGS
IMPACT on SDGs

Progetto Benessere e Sport in cifre, dal 2016 al 2020

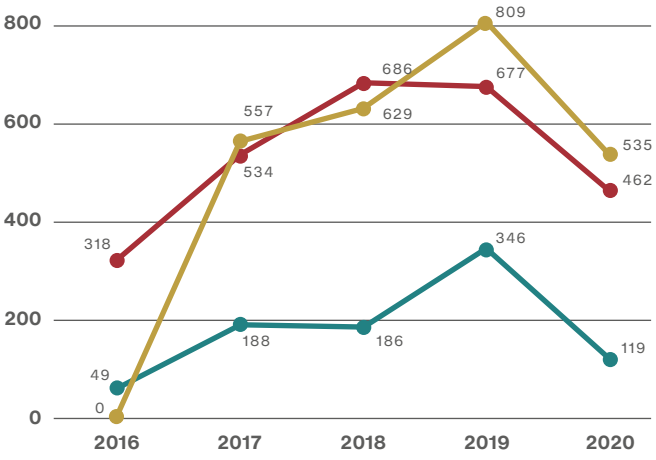
43.795	le **visualizzazioni** dei materiali online di Benessere e Sport dal 2017 al 2021*
12.212	le **persone** coinvolte complessivamente tra studentesse e studenti, personale e cittadinanza
96	le **iniziative** totali
49	le iniziative rivolte al **personale**
27	le **collaborazioni** pubbliche e private a livello locale, nazionale e internazionale
26	gli **eventi pubblici** finalizzati al coinvolgimento di tutta la comunità accademica e della cittadinanza
21	le iniziative rivolte a **studentesse e studenti**

*dati al 12/4/2021

Iniziative di Benessere e Sport in Ateneo



Coinvolgimento alle iniziative



- personale UNIPD
- studentesse e studenti UNIPD
- comunità accademica e cittadinanza

5.741

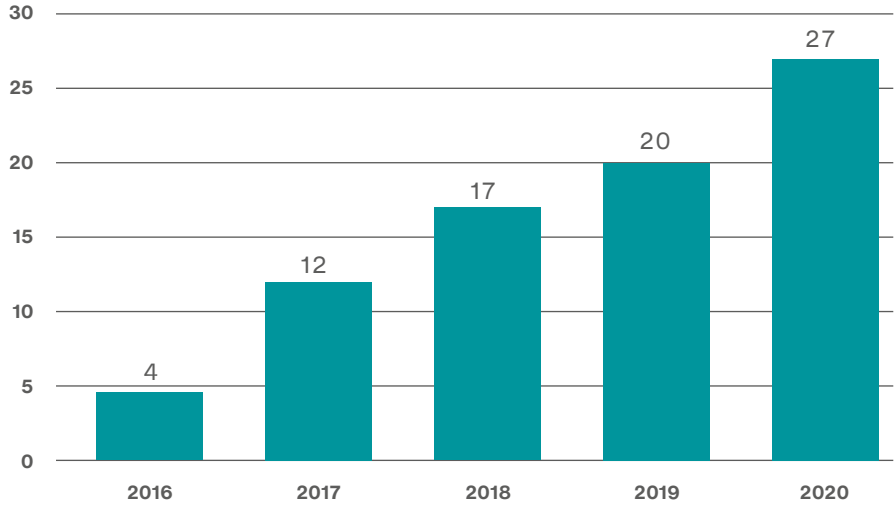
Le studentesse e gli studenti che hanno partecipato al progetto SleepRhythm UniPD sulla qualità del sonno, dal 2019

376

Le persone che hanno partecipato al progetto di "Valutazione del benessere e della qualità di vita del personale che partecipa a progetti di Benessere e Sport dell'Università di Padova", dal 2018

Valore economico

Collaborazioni con enti, istituzioni, aziende e associazioni pubbliche e private a livello locale, nazionale e internazionale



Benessere e sport durante l'emergenza sanitaria Covid-19

Visualizzazioni dei materiali online realizzati nel 2020*

15.609 Progetto#UniPDSport

12.655 Videolezioni di
Qi Gong (Tao Yoga), Tai Chi Chuan e Yoga

6.144 Videoricette EduChef

4.421 Progetto MUOVITID-19

*dati al 12/4/2021

Iniziative per studentesse e studenti

3° nel **2020, 2017, 2016**

MEDAGLIERE UNIPD Sfida remiera Internazionale della Università

1° **EX-AEQUO** con le Università veneziane nel **2017**
nel **2016** nei 500 mt

2° nel **2019, 2018**
nel **2016** nei 200 mt

MEDAGLIERE UNIPD Lion Cup University Dragon Boat Championship

1° nel **2019** nel Trofeo “Paolo Padova”
nel **2017** nel Trofeo “Paolo Padova”

2° nel **2019**
nel **2018** nel Trofeo “Paolo Padova”

3° nel **2018, 2017**

MEDAGLIERE UNIPD Regata 1001VelaCup

Atletica leggera

1°

nei 200 metri piani
nei 100 metri piani
nel salto in lungo

2°

nei 100 metri piani

Nuoto

1°

nei 50 metri dorso
nella staffetta 4x50 metri stile libero

2°

nei 100 metri stile libero
nei 50 metri stile libero e nell'australiana

MEDAGLIERE UNIPD Trofeo dello Sport

1°

alla PCU Futsal Challenge **2021**

3°

alla PCU Chess Cup **2020**

MEDAGLIERE UNIPD PCU Games

Studentesse e studenti con la doppia carriera

	Singoli atleti	Atleti C.U.S.
2016-2017	**23**	**20**
2017-2018	**38**	**30**
2018-2019	**35**	**27**
2019-2020	**32**	**33**

EduChef

EduChef è un programma di educazione alimentare ideato per promuovere stili di vita orientati al benessere e al consumo responsabile e sostenibile, rivolto alle studentesse e agli studenti universitari iscritti al primo anno dei corsi di laurea di I e II livello dell'Università di Padova e fuori sede, che vivono da soli. Nel 2021 è partito EduChef per il personale.

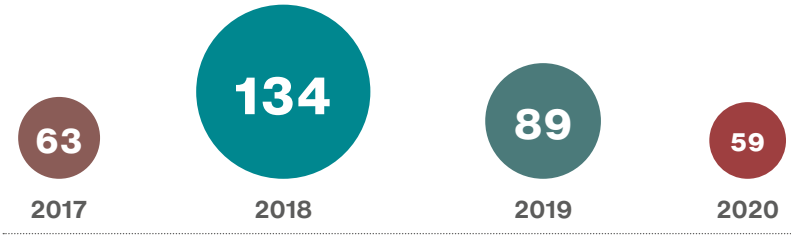
128

Le matricole che hanno partecipato a EduChef nel 2017 e 2018

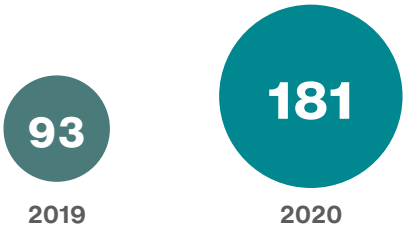
Iniziative per il personale

Partecipanti ai corsi di Yoga

Partecipanti ai corsi di Tai Chi Chuan



Partecipanti ai corsi di Qi Gong



Partecipanti alle Dipartimentiadi

University Corporate Wellness Service

Attivo dal 2017, il servizio offre consulenze personalizzate legate al benessere fisico a scopo di prevenzione delle patologie legate alla sedentarietà e di miglioramento della condizione fisica. A questo scopo viene valutata la postura e lo stato di forma fisica della persona e vengono fornite indicazioni per un'attività fisica personalizzata. Nel 2021 partiranno i corsi di ginnastica posturale.

173

Le persone che si sono rivolte al servizio dal 2017

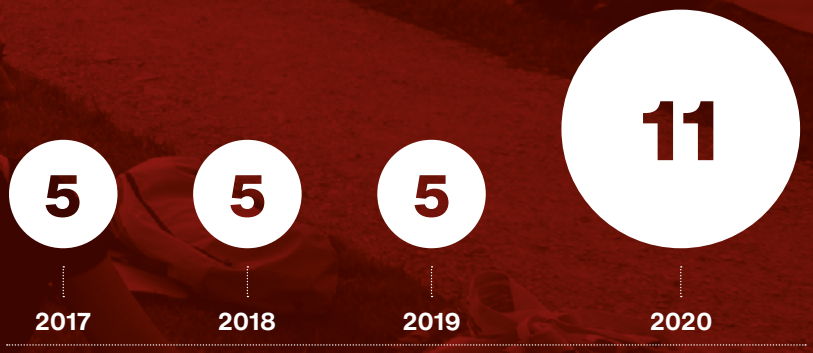
Centri estivi

Si tratta di una iniziativa di supporto, agevolazione economica e conciliazione vita-lavoro per le famiglie del personale, fortemente sostenuta dall'Ateneo e organizzata dal C.U.S. Padova, incentrata sugli sport e le attività per i più piccoli (atletica, rugby, frisbee, orienteering, minivolley, minibasket, laboratori di manualità, ecc.).

203

Partecipanti che hanno beneficiato di agevolazioni sostenute dall'Ateneo, dal 2019

Iniziative per la comunità accademica e per la cittadinanza



Reti

EAS - European Athlete Student per la doppia carriera studente-atleta

UNISPORT-IT - Rete del sistema sportivo universitario nazionale

Tavolo salute, sport e benessere
(Padova Capitale Europea del Volontariato 2020)

Gruppo di lavoro Cibo della RUS

PCU COMMITEE Network

coordinamento scientifico
Antonio Paoli
Delegato a progetto per sport e benessere

coordinamento operativo
Gioia Grigolin
Dirigente Area Comunicazione e Marketing

a cura di
Alessandra Armenti, Rosa Nardelli
Ufficio Public engagement - Area Comunicazione e Marketing

supporto operativo per la redazione
Federica Beniero, Donatella D'Angelo, Sabrina Steccanella, Elisabetta Tartaglia
Ufficio Public engagement - Area Comunicazione e Marketing

Progetto grafico
Uffico Comunicazione - *Area Comunicazione e Marketing*

Maggio 2021

© Università degli Studi di Padova
via VIII febbraio 2 Padova

benessere.sport@unipd.it
www.unipd.it

UniPD SPORT

www.unipd.it