

ABITARE IL CAMBIAMENTO

# Pianificazione Urbanistica Sostenibile

CITTÀ VIBILI E CITTADINI  
CONSAPEVOLI

ABITARE IL CAMBIAMENTO

Città vivibili e Cittadini consapevoli

CONSAPEVOLI

CONSAPEVOLI

LAZIO

**CONS**

Consumatori Solidali aps

Spesa Finanziata dal Fondo Regione Lazio per i Consumatori Anno 2024

DGR 966 del 22/11/2024/DD G16027-28/11/2024

# INTRODUZIONE – Città vivibili e Cittadini consapevoli

Nel contesto di una crescente complessità urbana, il progetto “Abitare il cambiamento: città vivibili e cittadini consapevoli”, promosso dalla Regione Lazio – Annualità 2024, nasce con l'intento di affrontare in modo concreto le sfide legate alla qualità della vita nelle città. Vivibilità urbana significa molto più che infrastrutture funzionali: significa accesso equo ai servizi, spazi pubblici sicuri e accoglienti, mobilità sostenibile, partecipazione attiva dei cittadini alla vita della comunità.

## **Obiettivi del progetto**

Il progetto si pone obiettivi chiari e concreti:

- Informare i cittadini sull'evoluzione normativa e sulle possibilità di tutela in materia di vivibilità urbana;
- Coinvolgere attivamente la popolazione nella definizione delle priorità, attraverso momenti di ascolto, rilevazione, confronto;
- Sensibilizzare sulla necessità di uno sviluppo urbano sostenibile, che tenga conto dei bisogni ambientali, sociali ed economici;
- Rendere protagoniste le comunità locali, favorendo l'interazione tra cittadini, enti e associazioni.

## **Promotore**

La Regione Lazio, promotrice e finanziatrice dell'iniziativa, conferma il proprio impegno verso politiche pubbliche attente al benessere dei cittadini e alla qualità dell'ambiente urbano.



# COS'È LA PIANIFICAZIONE URBANISTICA SOSTENIBILE

## **Una definizione per capire il presente e progettare il futuro**

La pianificazione urbanistica sostenibile è l'insieme delle scelte, delle strategie e degli strumenti con cui si organizza l'evoluzione degli spazi urbani, tenendo conto dei bisogni delle persone, della tutela dell'ambiente e dello sviluppo economico.

Non si tratta solo di costruire nuovi edifici o disegnare strade, ma di progettare città vivibili, eque e resilienti, capaci di affrontare le sfide del presente – come l'emergenza climatica, l'inquinamento, l'isolamento sociale – e di prepararsi al futuro con una visione inclusiva e partecipativa.

## **Urbanistica e diritti dei cittadini**

Il diritto a una casa dignitosa, a spazi pubblici sicuri, ad aria pulita, a servizi facilmente raggiungibili è parte integrante dei diritti fondamentali dei cittadini.

L'urbanistica sostenibile riconosce e protegge questi diritti, mettendo al centro le persone e le comunità.

Una città pianificata male crea disuguaglianze: chi vive lontano dai trasporti pubblici, da un parco, da una scuola o da un ambulatorio, è penalizzato nelle opportunità e nella qualità della vita.

## **Gli Obiettivi ONU 2030 e l'Agenda Urbana**

La pianificazione urbana è un tassello essenziale per raggiungere molti degli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile (SDG) dell'Agenda 2030 delle Nazioni Unite, in particolare:

- SDG 11 – Città e comunità sostenibili, che promuove insediamenti umani inclusivi, sicuri, resilienti e sostenibili;
- SDG 3 – Salute e benessere, legato alla qualità dell'aria e degli spazi;
- SDG 13 – Lotta al cambiamento climatico, attraverso la gestione del verde urbano e la mobilità sostenibile.

L'Agenda Urbana Europea e quella italiana, inoltre, incoraggiano politiche integrate e partecipative, fondate su giustizia ambientale e coesione sociale.

### **Un equilibrio tra ambiente, economia e società**

La sostenibilità urbana si basa sull'equilibrio tra tre dimensioni:

- Ambientale: riduzione del consumo di suolo, tutela del verde, contenimento dell'inquinamento;
- Economica: valorizzazione delle risorse locali, riduzione degli sprechi, efficienza energetica;
- Sociale: inclusione, accessibilità, pari opportunità per tutti i cittadini.

**Pianificare sostenibilmente significa connettere gli spazi ai bisogni reali delle persone, rafforzando il legame tra territorio e comunità.**

# SPAZI VERDI E BENESSERE URBANO

## **Verde urbano: una risorsa per la salute e la comunità**

Gli spazi verdi non sono un lusso: sono un diritto. Parliamo di parchi pubblici, giardini, alberature stradali, orti urbani, spazi naturali accessibili.

In un contesto urbano sempre più denso e frenetico, il verde rappresenta una valvola di sfogo fisica e psicologica, una barriera contro l'inquinamento e uno strumento concreto di inclusione sociale.

Numerosi studi scientifici hanno dimostrato che la presenza di aree verdi:

- Riduce lo stress e migliora la salute mentale;
- Abbassa i livelli di inquinamento atmosferico e acustico;
- Favorisce l'attività fisica, la socializzazione e il senso di appartenenza a una comunità;
- Rende le città più resilienti ai cambiamenti climatici, contrastando le isole di calore.

## **Spazi per tutti: accessibili, sicuri, vivi**

Progettare il verde urbano significa pensare a luoghi fruibili da tutti: bambini, anziani, persone con disabilità, famiglie.

Non basta piantare alberi: occorrono manutenzione, illuminazione, arredi urbani, percorsi inclusivi e attività sociali che li rendano vivi e frequentati.

Il verde deve essere prossimo (raggiungibile a piedi), curato (non abbandonato o pericoloso), e partecipato, ovvero gestito anche con il coinvolgimento diretto dei cittadini.

## **Buone pratiche da valorizzare**

Molti comuni italiani e associazioni hanno avviato esperienze virtuose:

- Orti urbani condivisi, che uniscono sostenibilità e socialità;
- Giardini scolastici e sensoriali, che educano al contatto con la natura;
- Foreste urbane e interventi di riforestazione, anche su piccola scala;
- Progetti di adozione del verde da parte dei residenti o di gruppi civici.

**Investire nel verde urbano non è una spesa, ma un investimento a lungo termine per il benessere individuale e collettivo.**



## Cos'è la Mobilità Dolce?

La mobilità dolce è l'insieme degli spostamenti effettuati senza motori inquinanti: a piedi, in bicicletta, con monopattini elettrici o tramite mezzi pubblici leggeri e condivisi.

È un modello di mobilità che mette al centro le persone, il loro benessere e la qualità dell'ambiente urbano, in alternativa alla dipendenza dall'automobile.

Pedonalizzare una via, creare una pista ciclabile, ampliare i marciapiedi o limitare la velocità in alcune aree non sono solo scelte tecniche: sono scelte di civiltà, che migliorano la vivibilità quotidiana.

### **Meno traffico, smog e rumore: più salute e sicurezza** **Le zone pedonali e ciclopedonali:**

- Riducono l'inquinamento atmosferico e migliorano la qualità dell'aria;
- Abbassano i livelli di inquinamento acustico, spesso sottovalutato;
- Aumentano la sicurezza stradale, soprattutto per pedoni e ciclisti;
- Stimolano le attività economiche locali, rendendo più attraenti le aree commerciali e residenziali.

Inoltre, una città meno congestionata è una città più inclusiva, dove gli spostamenti non diventano un ostacolo per chi ha mobilità ridotta o per le famiglie con bambini.

## 🏠 **Strade scolastiche, percorsi sicuri, servizi condivisi**

Tra le buone pratiche da adottare e diffondere:

- Le strade scolastiche, che chiudono al traffico le aree davanti alle scuole negli orari di entrata e uscita, tutelando i più piccoli;
- I percorsi sicuri casa-scuola o casa-lavoro, segnalati e protetti;
- Il bike-sharing e il car-sharing, che riducono il bisogno di possedere un mezzo privato;
- L'introduzione di zone 30 km/h, che proteggono tutti gli utenti della strada.

## 😊 **Una città per bambini è una città per tutti**

Progettare spazi urbani sicuri e accessibili per bambini e anziani significa renderli migliori per tutti.

**Se un bambino può andare a scuola da solo e un anziano può passeggiare senza pericoli, significa che la città funziona**



# USO MISTO DEGLI SPAZI URBANI

## ✦ **Quartieri polifunzionali: vivere, lavorare, accedere ai servizi**

Una città ben progettata è quella in cui ogni persona può vivere, lavorare, studiare, fare la spesa, curarsi e socializzare senza dover attraversare mezza provincia. Il principio dell'uso misto degli spazi urbani nasce proprio da questa esigenza: creare quartieri polifunzionali, dove le attività residenziali, commerciali, culturali e di servizio coesistano armonicamente.

Ciò evita la segregazione funzionale delle città — dove si dorme in una zona, si lavora in un'altra, si fa sport in un'altra ancora — e riduce la dipendenza dall'auto privata.

## **Cosa significa “uso misto”? Un modello contro il pendolarismo forzato**

Per “uso misto” si intende l'organizzazione di uno spazio urbano che integra più funzioni nello stesso luogo: abitazioni, uffici, negozi, scuole, ambulatori, biblioteche, centri culturali, aree verdi.

Questo approccio contrasta il cosiddetto “pendolarismo forzato”, che obbliga milioni di persone a spostarsi ogni giorno su lunghe distanze per soddisfare bisogni basilari, con pesanti conseguenze su:

- la qualità della vita,
- l'inquinamento urbano,  
il tempo libero e le relazioni sociali.

## 👉 **Benefici: comunità attive, sicurezza, coesione**

### **L'uso misto degli spazi:**

- Riduce la solitudine e stimola l'incontro tra persone;
- Favorisce il presidio sociale e la sicurezza urbana naturale (più occhi e vita nelle strade);
- Rafforza le reti di vicinato e l'economia di prossimità;
- Costruisce una coesione sociale concreta, fatta di scambi, collaborazione e senso di appartenenza.

Una città vissuta è una città più sicura, più umana, più inclusiva.

### 🕒 **L'esempio delle "Città dei 15 minuti"**

Il modello delle "Città dei 15 minuti", già adottato in molte metropoli europee, si basa su un principio semplice: tutto ciò che serve deve essere raggiungibile a piedi o in bicicletta in un quarto d'ora.

Scuole, farmacie, parchi, negozi, centri culturali non devono essere distanti o isolati, ma integrati nel tessuto urbano.

**Non si tratta solo di prossimità fisica, ma anche di prossimità relazionale: città in cui le persone si conoscono, si incontrano, si aiutano.**



# MESSAGGIO AI CITTADINI



**Il cittadino protagonista della vivibilità urbana**  
Una città vivibile non nasce per caso, né soltanto dalle decisioni delle amministrazioni.

È il frutto di una responsabilità condivisa, in cui ogni cittadino ha un ruolo attivo nel prendersi cura dello spazio pubblico, nel promuovere comportamenti sostenibili, nel chiedere equità e accessibilità.

Il cambiamento urbano non è mai solo “urbanistico”: è culturale, sociale, partecipativo.

Ogni cittadino è, o può diventare, protagonista della trasformazione: segnalando criticità, avanzando proposte, partecipando a processi decisionali locali.

 **Partecipare alla trasformazione: osservare, proporre, collaborare**

**Partecipare significa:**

- **Osservare il proprio quartiere: ci sono barriere architettoniche? spazi verdi trascurati? piste ciclabili interrotte?**
- **Proporre miglioramenti alle istituzioni, ai comitati, alle associazioni;**
- **Collaborare attivamente con iniziative di cura collettiva: giornate ecologiche, orti urbani, incontri pubblici, petizioni, gruppi di ascolto.**

**Nessun cambiamento è possibile senza ascolto reciproco e cooperazione tra cittadini, tecnici e decisori politici.**

## 🛡️ **L'impegno delle Associazioni dei Consumatori**

### **In questo percorso,:**

- Informano i cittadini sui loro diritti e sugli strumenti a disposizione;
- Ascoltano le esigenze espresse dal basso;
- Trasformano i bisogni in proposte concrete, portandole ai tavoli istituzionali;
- Favoriscono la partecipazione civica, anche attraverso iniziative come il progetto Abitare il cambiamento.

### 🔍 **Come continuare a informarsi e contribuire**

#### **Informarsi è il primo passo per partecipare.**

Per farlo, i cittadini possono:

- Rivolgersi alle associazioni partner del progetto;
- Consultare i siti ufficiali della Regione Lazio e dei Comuni;
- Partecipare a incontri pubblici e iniziative locali;
- Seguire i canali social e informativi dedicati ai temi dell'urbanistica sostenibile.

**Ogni piccola azione contribuisce a costruire città migliori per tutti.**

**Il cambiamento comincia da noi.**



# "Abitare il cambiamento – città vivibili e cittadini consapevoli"

Promosso e finanziato da:

**Regione Lazio – Annualità 2024**

In collaborazione con

**Consumatori Solidali Lazio**

- 
-  Contatti utili
-  Sito web: [www.consumatorisolidalilazio.it](http://www.consumatorisolidalilazio.it)
-  Email: [consumatorisolidalilazio@gmail.com](mailto:consumatorisolidalilazio@gmail.com)
-  0687860424 3519712340

"Una città è davvero vivibile solo se lo è per tutti."



Città vivibili e Cittadini consapevoli



Spesa Finanziata dal Fondo Regione Lazio per i Consumatori Anno 2024  
DGR 966 del 22/11/2024 DD G16027 28/11/2024