

Life Upgrade: imparare quotidianamente una nuova gestione di sé

a cura di

Francesco Morace e Lucia Chrometzka

www.futureconceptlab.com



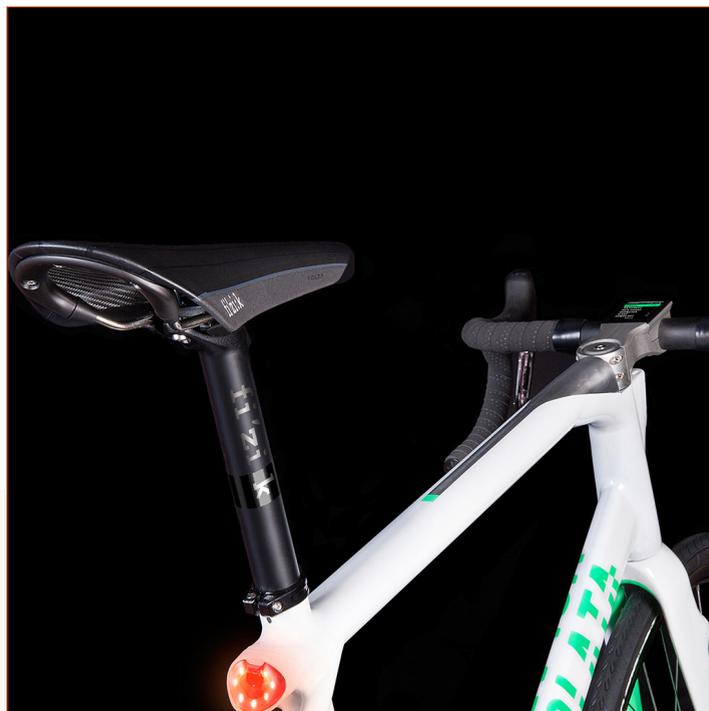
Alla ricerca di un miglioramento sistematico e sistemico, le persone trovano molto appaganti quelle proposte che implicano un self-improvement prevalentemente legato al benessere

psico-fisico. Salute e immagine sono spesso facce della stessa medaglia e il consumatore è ben disposto a impegnarsi per raggiungere il proprio “sogno”. L’obiettivo parte dal corpo e dal bisogno di cura, spesso per capire quali sono i “pattern” da modificare per

migliorare sé stessi. Si moltiplicano le proposte legate a servizi di consulenza “soft” e alle tecnologie intelligenti, che diventano soluzioni concrete per trasformare i “contorni” di sé stessi nel tempo e soprattutto cambiare gradualmente le proprie abitudini di vita.

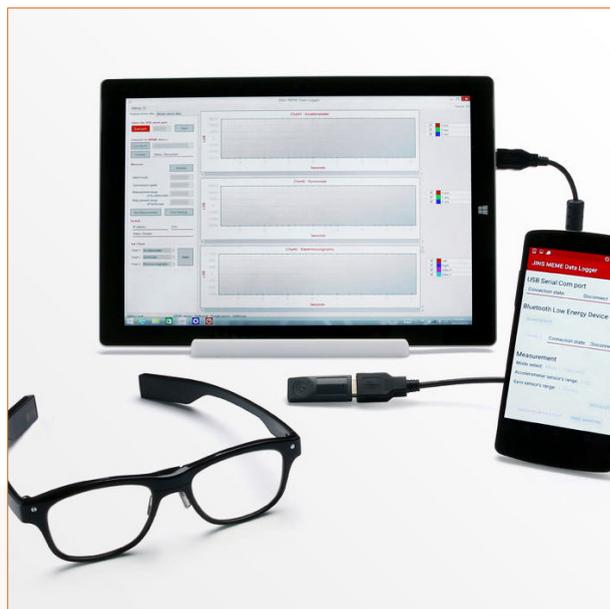


Nascono programmi di cura mirati, che forniscono, oltre alle “diagnosi” attraverso sensori che analizzano le attività quotidiane, anche istruzioni dettagliate e personalizzate grazie a “mentors” reali e virtuali, per imparare quotidianamente una nuova gestione di sé.



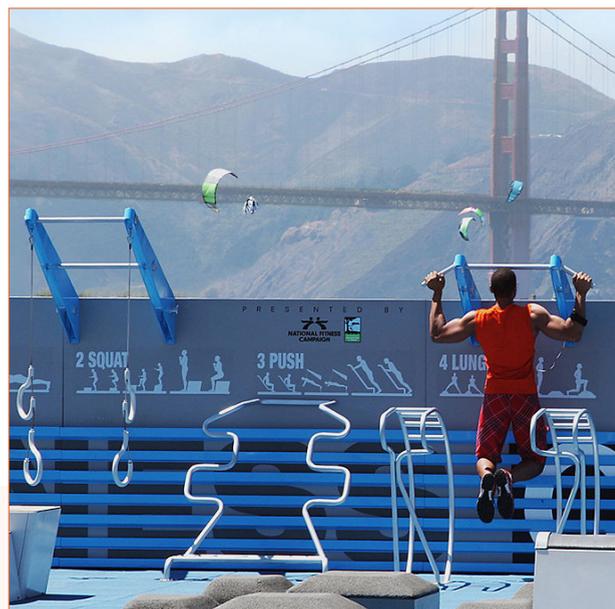
LA BICICLETTA-PROTOTIPO VOLATA

Progettata a Milano e assemblata in California, **Volata** combina un elegante design italiano con una tecnologia moderna in un prodotto innovativo. Questo prototipo costituisce il passo successivo nell'evoluzione della bicicletta classica e fornisce una soluzione completa per pendolari e appassionati di ciclismo. Nel manubrio è presente un **piccolo computer di bordo con display a colori** dove è possibile visionare le proprie performance, il battito cardiaco e le calorie bruciate, ma anche il meteo e soprattutto le indicazioni visive del navigatore Gps che indica la strada migliore per raggiungere la destinazione. Le caratteristiche di sicurezza includono un localizzatore Gps con un sistema antifurto che trasmette la posizione e lo stato della bicicletta al proprietario. Il computer della bici dialoga costantemente con lo smartphone attraverso il bluetooth e si autoricarica grazie a una dinamo nella ruota anteriore.



GLI SMARTGLASSES JINS MEME E LA TECNOLOGIA "BIO-SENSING"

Fondato nel 2001, Jins è uno dei maggiori marchi di ottica giapponesi con un fatturato annuo intorno ai 340 milioni di dollari che in occasione del CES 2015 ha presentato un nuovo modello di occhiali: **Jins Meme**. Si tratta di smartglasses che fanno uso di una tecnologia denominata "bio-sensing", utile a rilevare piccole variazioni di movimenti oculari, con l'aiuto di una app. Grazie a un chip posto sulla montatura, gli occhiali sono in grado di tracciare, a partire dagli occhi, la mappa del nostro benessere e di inviare alla app dati utili relativi alla salute, ma anche di monitorare il livello di stanchezza e avvisare in caso di un colpo di sonno, attraverso suoni o luci. In questo momento l'azienda sta lavorando a stretto contatto con alcune case automobilistiche per applicare questa tecnologia al campo della sicurezza stradale. Questi occhiali stanno riscuotendo molto successo anche per il loro design semplice e unisex e per la leggerezza, con un peso di soli circa 36 grammi.



IL PERCORSO TRAINING URBANO MARINA GREEN FITNESS COURT

Marina Green Fitness Court è una zona aperta a tutti nella città di San Francisco dove appassionati si ritrovano a tutte le ore per fare ginnastica su un circuito di attrezzi. Principianti e atleti professionisti sono in grado di eseguire un percorso con diversi esercizi per mantenersi in forma o migliorare le proprie prestazioni. Il campione di pesi minimi **Mark Lauren**, grande esperto di fitness, ha progettato un percorso di training di 7 minuti da poter eseguire nelle diverse postazioni attraverso sette movimenti del corpo: core, squat, spinta, tiro, agilità, affondo e piegamento. C'è anche una app specifica che accompagna gli utenti durante i movimenti con musica in sottofondo per ogni esercizio. Le postazioni di fitness situate negli spazi pubblici e fanno parte della **campagna nazionale americana per il fitness**, il cui obiettivo è quello di mantenere in forma le persone di tutte le comunità negli Stati Uniti d'America ed educare, soprattutto i giovani studenti, a una vita sana, attiva e divertente.

GLI SCONTRINI "NUTRIZIONALI" CONTRO L'OBESITÀ

Per rispondere all'"epidemia di obesità", sugli scontrini del supermercato si potrebbe introdurre la stessa grafica che mostra le informazioni nutrizionali degli alimenti. Questa l'idea del progettista inglese **Hayden Peek**. Peek suggerisce di utilizzare un sistema simile alle linguette colorate trovate su alcune confezioni nei supermercati. I dati nutrizionali verrebbero conteggiati e

trasferiti sugli scontrini, offrendo agli acquirenti un riscontro di quanto sia sana la loro spesa. **Salute e consapevolezza nell'alimentazione** dovrebbero far parte della vita quotidiana e questa iniziativa aiuterebbe le persone a percepire la salubrità della propria dieta. Cinque schede in fondo allo scontrino forniscono informazioni su calorie, zuccheri, grassi, grassi saturi e sale:

invece di visualizzare valori numerici, ogni scontrino spiegherebbe se **il valore nutrizionale totale dello scontrino** è basso, medio o alto, utilizzando come indicatori i colori del semaforo e caratteri in grassetto. L'obesità è in aumento in tutto il mondo occidentale e Peek sostiene che i progettisti hanno la responsabilità di contribuire ad affrontare il problema.



FARMER'S FRIDGE, LA "VEGGIE MACHINE" DELL'HOTEL MARIOTT

Collocata nell'elegante lobby del prestigioso **Hotel Marriott** di Chicago, **Farmer's Fridge** è una vending machine innovativa che coniuga eccellenza del gusto e freschezza con cura estetica. Il suo realizzatore **Luke Saunders** l'ha concepita come l'evoluzione di una vending machine tradizionale e la definisce una "Veggie machine", per la tipologia dei prodotti, per il design del distributore e la raffinatezza dei contenitori in vetro (riutilizzabili). Il "Frigorifero del Contadino" eroga barattoli con sofisticate insalate provenienti da coltivazioni a Km0 e da agricoltura biologica. Ogni mattina alle ore 10 i distributori vengono riforniti con i prodotti del giorno. I barattoli invenduti del giorno precedente sono sostituiti e donati a un Banco alimentare locale. Si sposano quindi salute, freschezza e soprattutto tanto, tanto gusto. Questa iniziativa è parte del progetto **Travel Brilliantly** degli hotel Marriott, in cui si sperimentano proposte di consumo innovative per viaggiatori sempre più esigenti.



SOYLENT 2.0: LA NUOVA DIMENSIONE DELL'ALIMENTAZIONE

Nella **Silicon Valley** e tra le aziende hi-tech anglosassoni si va diffondendo un fenomeno che vede sempre più persone sostituire parte della loro alimentazione con liquidi creati in laboratorio, destinati a fornire un'alternativa comoda e veloce al classico pasto. In questa dimensione sono tanti i sostenitori di **Soylent 2.0**: una bevanda che vuole essere completa a livello nutrizionale. Ideata da **Rob Rhinehart** nel 2013 e in vendita negli Stati Uniti dal 2015, è considerata da molti il cibo del futuro. L'elenco degli ingredienti di questo pasto liquido include maltodestrine, polvere di avena, siero di latte isolato, sale, carbonato di calcio, lecitina di soia. Ogni bottiglia, dal design minimalista e riciclabile, copre un quinto delle esigenze nutritive quotidiane (sulla base di una dieta giornaliera di 2.000 calorie), con la promessa di offrire tutti i nutrienti necessari per una dieta sana con il massimo risparmio di tempo ed energie dedicate.



Lesson Learned

Permettere al consumatore di individuare con gradualità le "strade" possibili per migliorare se stessi



Far ragionare su una crescita di sé personalizzata, attraverso la programmazione puntuale della propria quotidianità e la self-motivation



Progettare servizi e prodotti che permettano di raggiungere la worklife balance