Arriva “Lifully”, la app che aiuta a respirare bene e vivere meglio

Parma, 27 maggio 2021 – Arriva l’app che insegna a respirare bene attraverso semplici esercizi che possono aiutare a rendere questo atto involontario un alleato per il nostro benessere. Si chiama “Lifully” – dalla fusione tra “*life*” (vita) e “*fully*” (pienamente) –, ed è stata sviluppata da Caffeina, Digital Native Agency, con il contributo incondizionato di Chiesi Italia, la filiale italiana del Gruppo Chiesi, con l’obiettivo di incoraggiare l’adozione di una nuova routine di benessere per vivere meglio, riuscendo a godere appieno di ogni momento.

Respirare bene è la chiave del benessere: facilita l’ossigenazione di organi e tessuti, agisce sul metabolismo, incide sulla qualità del sonno, aiuta a contrastare gli stati d’ansia e lo stress della vita quotidiana. Per questo motivo, è importante conoscere le tecniche di respirazione e, durante la giornata, concentrarsi sul proprio respiro, mettendo in pratica alcuni esercizi mirati.

Come fare? Ci pensa “Lifully”, una app dall’interfaccia semplice e intuitiva, unica nel suo genere, che offre programmi personalizzati sulle caratteristiche degli utenti, supportandoli, attraverso tutorial dedicati, nella corretta esecuzione degli esercizi respiratori assegnati.

*“Con la app* Lifully *abbiamo coniato un neologismo che esprime appieno la volontà di Chiesi Italia di aiutare le persone a raggiungere il proprio benessere grazie a corrette abitudini di vita, a partire dal gesto più importante: il respiro” –* spiega Laura Franzini, Direttore Medico di Chiesi Italia. *“La app è nata dal confronto con gli esperti e dall’ascolto delle persone, per rispondere alla loro necessità di acquisire maggiore consapevolezza sull’importanza della corretta respirazione, che incide sulla qualità della vita consentendo una dimensione psicofisica armonica con se stessi”.*

Grazie all’applicazione - disponibile per sistemi iOS e Android -, è possibile seguire un piano articolato in prove e ricompense, e tener traccia dei progressi fatti, motivando così gli utenti a perseguire la loro nuova routine di benessere. Le attività sono strutturate secondo livelli di progressione che vengono sbloccati una volta superato lo step precedente: è, inoltre, possibile impostare dei promemoria che ricordano gli esercizi da eseguire per avanzare nel proprio percorso e assicurarsi di mantenere le buone abitudini apprese.

Nuove funzionalità saranno implementate nei prossimi mesi per abbinare alla corretta respirazione contenuti di benessere per nutrirsi in maniera salutare e migliorare la qualità del sonno.

*“Questo progetto conferma il nostro impegno di azienda leader in ambito respiratorio, attenta alle esigenze di cura dei pazienti e al benessere di ogni persona, in linea con i nostri valori di azienda certificata B Corp”* - commenta Raffaello Innocenti, Amministratore Delegato di Chiesi Italia. *“La mobile health è ormai parte integrante della nostra quotidianità e, come tale, rappresenta uno strumento straordinario per educare e coinvolgere attivamente pazienti e cittadini, supportandoli nell’adozione di sane abitudini per migliorare la propria salute e vivere meglio a ogni età”.*

###

**Chiesi Italia**

Chiesi Italia, la filiale italiana del Gruppo Chiesi, rivolge il suo impegno alle attività di informazione medico scientifica e commercializzazione dei prodotti Chiesi sul territorio italiano. L'organico comprende 571 persone, di queste 121 nella sede di Parma e 450 che rivolgono la propria attività agli attori del sistema sanitario nazionale. Per maggiori informazioni, vi invitiamo a visitare il sito [www.chiesi.it](http://www.chiesi.it).

**Il Gruppo Chiesi**

Con sede a Parma, in Italia, Chiesi è un gruppo internazionale orientato alla ricerca con oltre 85 anni di esperienza, presente in 30 Paesi, impiega oltre 6.000 persone (Gruppo Chiesi). Per realizzare la propria missione di migliorare la qualità di vita delle persone agendo in maniera responsabile verso la società e l’ambiente, il Gruppo ricerca, sviluppa e commercializza farmaci innovativi in tre aree terapeutiche: AIR (prodotti e servizi in ambito respiratorio, dai neonati agli adulti), RARE (soluzioni innovative e servizi personalizzati per migliorare la qualità di vita dei pazienti con malattie rare e ultra-rare) e CARE (prodotti e servizi a supporto delle cure specialistiche e per la cura e il benessere della persona). La Ricerca e Sviluppo del Gruppo ha sede a Parma e si integra con altri sei importanti centri di ricerca in Francia, Stati Uniti, Canada, Cina, Regno Unito e Svezia, per promuovere i propri programmi preclinici, clinici e regolatori. Chiesi è dal 2019 il più grande gruppo farmaceutico al mondo certificato B Corp. Chiesi Farmaceutici S.p.A. ha, inoltre, modificato nel 2018 il proprio status legale in Società Benefit, concretizzando la volontà di avere un duplice scopo per la creazione di valore condiviso, ovvero generare valore sia per il proprio business che per la società e l’ambiente. Il percorso di certificazione B Corp permette a Chiesi di misurare, secondo standard rigorosi, le proprie performance ambientali e sociali, adottando un piano di miglioramento continuo dei propri impatti su dipendenti, clienti, fornitori, comunità e ambiente. Il movimento globale delle B Corp vede il business come una forza di impatto positivo. Inoltre, in qualità di Società Benefit, Chiesi Farmaceutici S.p.A. è tenuta per legge ad inserire nel proprio statuto obiettivi di beneficio comune e a rendicontare annualmente in maniera trasparente. Il Gruppo si è assunto l’impegno di raggiungere la neutralità carbonica entro la fine del 2035.

Per ulteriori informazioni: [www.chiesi.com](http://www.chiesi.com).

###

**Per ulteriori informazioni**

Monica Pigato

Communication Manager – Chiesi Italia

Email [m.pigato@chiesi.com](mailto:m.pigato@chiesi.com)

Mob. +39 345 4387724

Ufficio stampa Value Relations

Angela Del Giudice

Email [a.delgiudice@vrelations.it](mailto:a.delgiudice@vrelations.it)

Mob. +39 392 6858392

Chiara Farroni

Email [c.farroni@vrelations.it](mailto:c.farroni@vrelations.it)

Mob. +39 331 4997375