

PEDIBUS



www.pedibusliguria.net



Genova 14 marzo 2012

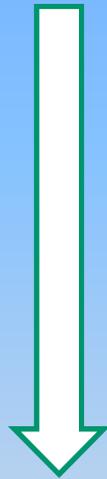


Che cosa sono i PEDIBUS?

Sono dei bus fatti da bambini che vanno a scuola a piedi in maniera sicura

- Promuove l'attività fisica
- rispetta l'ambiente
- promuove l'interazione comunitaria e l'esplorazione

PERCHE' I PEDIBUS



Molti alunni sono accompagnati dai taxi-genitori,
quindi.....

- Congestione di automobili intorno alle scuole
- Aumento dell'inquinamento
- Scarsa sicurezza nello scendere e salire dall'auto

Molti alunni sono accompagnati dai taxi-genitori, quindi.....

- Non si muovono abbastanza
- Non conoscono il loro quartiere, se non per quello che vedono passando con l'auto

PEDIBUS: piccoli passi di salute per:

- ridurre il traffico intorno alla scuola, contribuendo alla riduzione dell'inquinamento
- fare educazione stradale
- aumentare l'attività fisica nei bambini, e negli adulti accompagnatori
- conoscere ed esplorare l'ambiente e la comunità di appartenenza
- avere più amici, migliorare la socializzazione

Raccomandazioni delle autorità scientifiche

Con almeno 15-20 minuti di una vigorosa attività tipo corsa o altro sport aerobico al giorno, i bambini e ragazzi riescono a:

- mantenere sani ed efficienti il tessuto osseo e le articolazioni
- costruire delle buone masse muscolari
- ridurre il grasso corporeo
- mantenere un buon peso
- prevenire lo sviluppo di pressione alta e aiutare la diminuzione della pressione negli adolescenti con ipertensione
- migliorare le capacità di apprendimento.

Come nasce un Pedibus

- **Riunione con i decisori** (scuola, comune, insegnanti interessati, genitori e volontari)
- **Creazione di un gruppo di progetto** per poter sviluppare il progetto a livello locale (chi fa che cosa...)

Di cosa c'è bisogno?

- Volontari per "guidare" il piedibus.
- Un percorso regolare definito dai genitori, dagli insegnanti, dai vigili... che rispetti l'orario.
- Una strategia informativa precisa per gli utenti potenziali (cartellonistica...)

I progetti piedibus partono
sempre dalla mappa dei
percorsi...

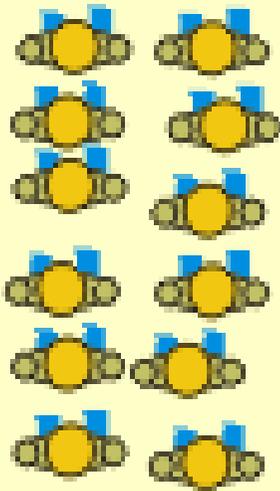


Per raggiungere la scuola
con il tragitto piu' breve
o con il tragitto piu' sicuro...

COME si muove il PEDIBUS: (Immagini della Asl di Lecco)



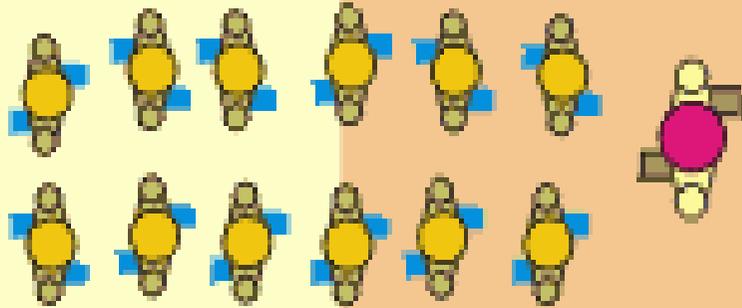
ADULT 1



ADULT 2



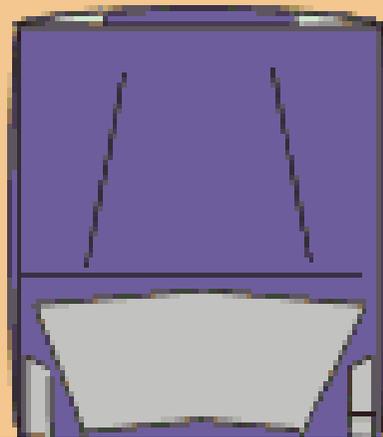
ADULT 3

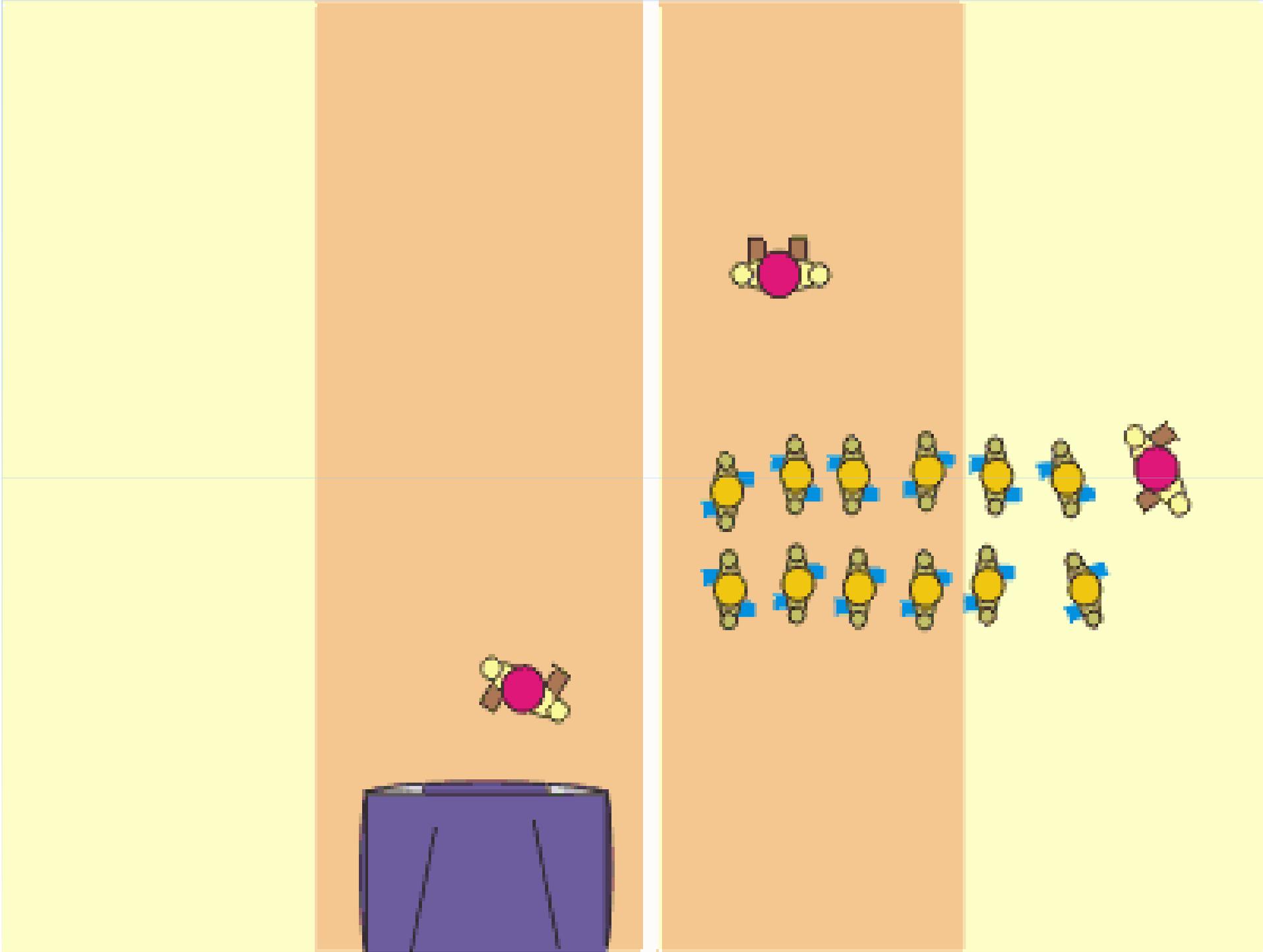


ADULT 2



ADULT 3



























Piccoli passi di salute

Il PEDIBUS può rappresentare il punto di partenza per la progettazione partecipata di una migliore vivibilità urbana.

La moderazione del traffico, le vie residenziali sono altri piccoli passi verso una salute migliore.



"When you have to go far, do not think about the distance, start to walk"

(Quando devi andare lontano, non pensare alla distanza, inizia a camminare) [proverbio cinese]