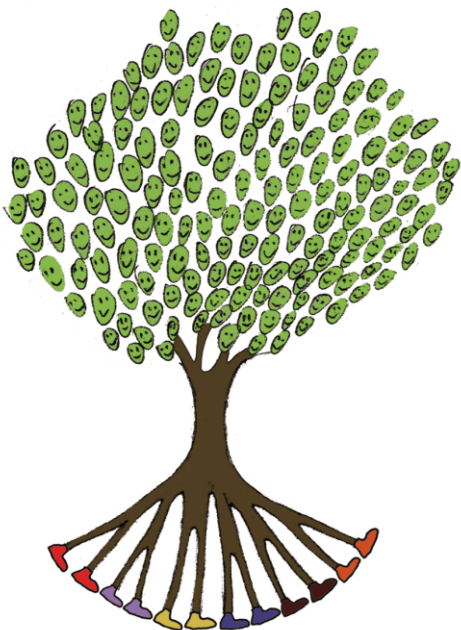


Siamo nati per camminare



PER LA SALUTE, PER L'AMBIENTE,
PER RISPARMIARE ENERGIA
ANDIAMO A SCUOLA A PIEDI



Comune di Modena
Assessorato all'Ambiente



Siamo nati per camminare



Gentili mamme e papà,

il ritmo frenetico dei nostri giorni è scandito da iperattività e pigrizia. Camminare, il modo più naturale per muoversi, appare quasi un'eresia per tanti: fatica da evitare il più possibile, perdita di tempo. Eppure la vita sedentaria è tra le principali cause di malattie cardiovascolari e di obesità. L'utilizzo dei piedi ha effetti benefici anche sul sistema nervoso, rilassa e favorisce il sonno. Abbassa anche il colesterolo, si riducono pressione e frequenza cardiaca. Camminare non aiuta solo a curare il corpo ma anche lo spirito e la mente. "Non posso meditare se non camminando" ha scritto Jean-Jacques Rousseau. Spostandosi a piedi si vive la città in modo diverso, si risparmia energia e non si inquina. Le strade popolate di pedoni invece che di auto sono anche più sicure.

L'invito è quindi a camminare e a farlo ancora di più con i nostri figli. A partire dai percorsi verso le scuole che spesso distano poche centinaia di metri dalla propria abitazione.

In questo senso stanno lavorando la Regione Emilia-Romagna e i Comuni. Da questo impegno si stanno diffondendo, ad esempio, i Pedibus, che accompagnano i bambini in gruppo a scuola a piedi.

Facciamo respirare aria pulita alle città, del resto siamo nati per camminare.

Giorgio Pighi
Sindaco di Modena

Siamo nati
per camminare



Un'iniziativa di:
Regione Emilia-Romagna, Osservatorio per l'educazione stradale e la
sicurezza - Regione Emilia-Romagna, InFEA
Comune di Modena, Rete Città Sane, CEASS L'Olmo
Con la collaborazione del Centro Antartide e l'adesione di Camina

Giorgio Pighi

Sindaco di Modena

SCRIVI IL TUO MESSAGGIO AL SINDACO
PER UNA CITTÀ AMICA DEI PEDONI: