

SETTIMANA EUROPEA DELLA MOBILITÀ

16-22 SETTEMBRE

La Settimana Europea della Mobilità, giunta quest'anno alla 18a edizione, è ormai diventata un appuntamento fisso e irrinunciabile per tutte le amministrazioni e per tutti i cittadini che si vogliono impegnare sulla strada della sostenibilità e del miglioramento della qualità della vita delle nostre città. Ciascun anno, infatti, dal 16 al 22 settembre migliaia di città e milioni di cittadini europei festeggiano la mobilità sostenibile e lanciano un messaggio di cambiamento e di rinnovamento dei nostri stili di vita.

Il tema dell'edizione 2019 della Settimana della Mobilità è la "mobilità attiva", intesa prevalentemente come mobilità pedonale e ciclistica, per il quale è stato scelto lo slogan "**Camminiamo insieme**".

I nostri corpi sono progettati per muoversi, eppure molti di noi faticano a trovare il tempo per attivarsi durante il giorno. Potremmo scoprire che gran parte della nostra routine è composta da sedute: nel traffico, alla scrivania o davanti a uno schermo. Ma se potessimo integrare l'esercizio nella nostra vita quotidiana e risparmiare allo stesso tempo?

Quest'anno la Settimana Europea della Mobilità punta i riflettori sulla sicurezza del camminare e della bicicletta e sui vantaggi che forme di mobilità attive hanno per la nostra salute, il nostro ambiente e il nostro conto in banca!

Anche le città che promuovono queste forme di mobilità sono più attraenti, con meno congestione e una migliore qualità della vita.

In termini di benefici per la salute, numerosi studi dimostrano che i ciclisti vivono in media due anni in più rispetto ai non ciclisti e trascorrono il 15% in meno di giorni di lavoro per malattia, mentre 25 minuti di camminata veloce al giorno possono aggiungere fino a sette anni alla vostra vita!

"UN GIOVEDÌ DA PEDONI" è l'evento organizzato il 19 settembre ad Alessandria da molte associazioni con il patrocinio del Comune: tutti i cittadini sono invitati ad arrivare per le 17,30 in piazza della Libertà - a piedi, o in bicicletta o col mezzo pubblico - indossando un capo arancione per testimoniare visivamente l'adesione alla manifestazione. Da lì, tutti insieme, si partirà a piedi per raggiungere piazza Santa Maria di Castello dove, dalle 18 alle 20 ci saranno eventi e animazioni.

Chi indossa un capo arancione ha uno sconto sul prezzo dell'aperitivo

UN GIOVEDÌ DA PEDONI

Indossa un capo **arancione**, prendi il bus o la bicicletta e cammina con noi

19 settembre 2019

17.30 Piazza della Libertà
- Partenza della camminata

18.00 Piazza S.Maria di Castello
- Animazione con i Bormida Brothers
- Asta delle biciclette recuperate
- Aperitivo da OrtoZero Café
- Tavoli informativi

SETTIMANA EUROPEA DELLA MOBILITÀ
16-22 SETTEMBRE 2019



associazioni aderenti a UN GIOVEDÌ DA PEDONI:

BlogAL
Casa di Quartiere
Centro Down Alessandria
Comunità di San Benedetto al Porto
CVA Circolo Velocipedisti Alessandrino
EticoEtica
FIAB Alessandria gliamicidellebici
Gli Illegali compagnia teatrale
Lega Ambiente Ovadese
Lega Ambiente Val Lemme
Libera Alessandria Presidio Anna Pace
Maldaria
Museo AcdB
Parcival APS
Passo dopo passo
Sine Limes
Possibile Alessandria
ProNatura Alessandria
RiCyclo ciclofficina
Riprenditi Alessandria
Sine Limes
UISP Alessandria
MSAC Movimento Studenti Azione Cattolica
Casa delle donne
Friday for future AL

pagina Facebook della SEM ad Alessandria:

<https://www.facebook.com/EMWalessandria>