

**Dott.ssa Germana Prencipe, psicologa-psicoterapeuta, docente MIUR, referente FIAB Gruppo-Scuola**

<http://www.psicologiaprencipe.it/chi-sono/scuola-e-salute>

**Introduzione:** Il presente intervento intende fornire alcuni spunti di approfondimento sul tema dell'educazione alla mobilità sostenibile. Si citeranno esperienze come Pedibus-Bicibus, percorsi sicuri casa-scuola, A scuola con il Car pooling, “Bimbibici” manifestazione nazionale, che coinvolge e sensibilizza adulti e bambini a usare la bicicletta e a utilizzare la strada in sicurezza. In esso si citano esperienze di educazione e promozione della salute: Pedalate ecologiche nella settimana della mobilità sostenibile, progetto “Pedala che ti passa” in collaborazione con i dipartimenti di Prevenzione di alcune Aziende ULSS per migliorare il controllo metabolico nel diabete. La bicicletta è un'attività fisica fondamentale nel diabetico per migliorare il controllo glicemico, per ridurre le complicanze cardiovascolari della malattia, per migliorare la qualità di vita.

Si segnalano inoltre i numerosi progetti avviati da FIAB nelle scuole e relativi corsi di formazione per insegnanti delle scuole di ogni ordine grado svolti nel Comune e nella Provincia di Venezia: progetti A.BI.CI 2007-2008 con finanziamento Europeo Mobilis e nel 2008-2009, Il diritto dei pedoni e dei ciclisti 2008-2009-2010, In bici per l'ambiente con la Provincia di Venezia 2010

Queste esperienze sono intese come buone pratiche di prevenzione primaria e sono diventate proposte di promozione dell'attività motoria ed educazione alla sicurezza realizzata da FIAB in collaborazione con le scuole e alcuni Dipartimenti di Prevenzione delle Aziende Unitarie Sanitarie.

Nel seguente contributo si vuole evidenziare come il concetto di ed. stradale si sia evoluto nel tempo e sia legato inevitabilmente al contesto delle città odierne, caratterizzate dal traffico e dalla pericolosità delle strade, dall'inquinamento, da un uso massiccio di mezzi di trasporto a motore senza tener conto dell'impatto ambientale e delle conseguenze a livello psico-motorio nei cittadini soprattutto i bambini, che hanno con stile di vita a rischio.

I corsi di formazione per docenti, progetti di formazione sulla mobilità sostenibile per le scuole dell'obbligo hanno avviato un approfondimento e una cultura sulla ed. stradale, con un concetto di tutela e sicurezza sulla strada più ampio e non legato solo alla mera conoscenza della segnaletica stradale. L'educazione alla sicurezza stradale, non è infatti intesa solo come acquisizione di comportamenti e dispositivi di protezione con l'uso delle cinture, casco ma anche come avvio di strade adatte, scelta del mezzo di trasporto. Si affronta il **concetto di mobilità sostenibile e di multimodalità dei mezzi di trasporto**: quale mezzo usi, quanto inquina, come contribuisce a migliorare l'ambiente, quale mezzo è più adatto per gli spostamenti brevi o lunghi, quale scelta conviene per un trasporto responsabile e ecologico.

I bambini sono coinvolti nella rilevazione dei problemi riguardanti la viabilità e nella formulazione di ipotesi per risolverli. Si fa sperimentare il benessere per sé e per la collettività nell'andare a piedi e in bicicletta e si promuovono uscite didattiche in bicicletta e un cicloturismo scolastico. Queste esperienze hanno la finalità di sviluppare un atteggiamento critico in merito ai modelli attualmente in voga nei messaggi pubblicitari sulle auto basato sul mito della velocità.

**Obiettivi dei progetti e della mobilità sostenibile:**

1. promuovere il movimento, dati della letteratura scientifica dimostrano che è sufficiente mezz'ora di cammino al giorno per assicurare il mantenimento di una buona forma fisica;
2. guidare l'alunno/a nell'osservazione dell'ambiente ‘strada’ per sviluppare atteggiamenti collaborativi, responsabili e rispettosi degli spazi comuni e per saper individuare i pericoli per prevenirli e per evitarli;
3. conoscere meglio il mezzo di trasporto della bicicletta, quale mezzo ecologico ed economico;
4. favorire il senso critico e la capacità di scelte e stili di vita eco-sostenibili in un confronto con l'ambiente;
5. fare “buona pratica” sulla strada, da pedone e/o da ciclista;
6. sviluppare un maggior senso di responsabilità e autonomia nel percorso casa-scuola.

**Metodi:** Si evidenzierà, inoltre, l'utilità di una **metodologia** basata su una progettazione partecipata, sull'esperienza pratica (imparare facendo) e sul gioco attraverso il quale si manifesta maggiormente il coinvolgimento emozionale del bambino e si avvia l'attività pratica promossa e presentata nei corsi di formazione per docenti...che hanno il compito di proseguire l'approfondimento sul tema della mobilità sostenibile sensibilizzando gli adulti e coinvolgendo i genitori nelle iniziative di pedalate a livello locale.

### **Risultati**

- sensibilizzare i bambini a una mobilità lenta e all'uso della bicicletta,
- soddisfare il loro bisogno di autonomia e di movimento;
- rafforzare il senso di fiducia nel mantenere l'equilibrio pedalando (conquista graduale e che richiede un certo allenamento)
- Aumentare il senso di autostima e la sicurezza psicologica di un bambino/a, creando le basi per un sano sviluppo evolutivo.
- Riqualficazione urbana con percorsi casa-scuola in sicurezza
- Maggior coinvolgimento delle famiglie
- Partecipazione a eventi cittadini della popolazione

**Conclusioni:** promozione della salute e risparmio di emissioni di anidride carbonica.

### **Bibliografia ed esperienze tratte dal sito scuola FAIB [www.fiab-scuola.org](http://www.fiab-scuola.org)**

- Carta di Toronto per l'attività fisica: una chiamata globale all'Azione maggio 2010, <http://www.retecittasane.it/news/carta-di-toronto>
- Carta Europea dei Diritti del Pedone <http://www.fiab-scuola.org/progetto-scuola/documenti-general/44-la-charta-europea-dei-diritti-del-pedone>
- Manifesto per una mobilità sostenibile e autonoma nei percorsi casa-scuola 2009 [http://www.fiab-scuola.org/attachments/072 MANIFESTO\\_mob casa scuola.pdf](http://www.fiab-scuola.org/attachments/072_MANIFESTO_mob_casa_scuola.pdf)
- Libretto Operativo utilizzabile con gli alunni: [Percorso didattico di educazione alla Mobilità Sostenibile per il benessere delle persone e dell'ambiente](#) ed. Achab, 2008.