



Αθήνα, 16 Σεπτεμβρίου 2019

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

«Περπατώ και Ποδηλατώ στο δρόμο με ασφάλεια» Εκστρατεία ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης του Ι.Ο.Α.Σ. «Πάνος Μυλωνάς» και Προγράμματα Κυκλοφοριακής Αγωγής στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Κινητικότητας και της Ευρωπαϊκής Ημέρας χωρίς θάνατο από τροχαίο.

Στη διάρκεια της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Κινητικότητας (16-22/9) και με αφορμή την «Ημέρα Χωρίς Θάνατο Από Τροχαίο» (#ProjectEDWARD) (26/9), το Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας «Πάνος Μυλωνάς» ενημερώνει, ευαισθητοποιεί και εκπαιδεύει μικρούς και μεγάλους για τα οφέλη των εναλλακτικών τρόπων μετακίνησης, όπως το περπάτημα και το ποδήλατο.

Τα μότο «Περπάτησε μαζί μας!» (Walk with us!) και «Περπατάμε και Ποδηλατούμε με ασφάλεια» είναι τα μηνύματα για το 2019 και η φετινή δράση φέρνει στο προσκήνιο το περπάτημα και τη μετακίνηση με ποδήλατο, με ασφάλεια πάντα στο δρόμο, καθώς και τα οφέλη που μπορούν να έχουν οι εναλλακτικοί αυτοί τρόποι μετακίνησης για την υγεία μας, το περιβάλλον και την... τσέπη μας! Το περπάτημα και το ποδήλατο δεν... εκπέμπουν ρύπους στην ατμόσφαιρα και ταυτόχρονα μας βοηθούν να διατηρούμαστε υγιείς και σε καλή φυσική κατάσταση. Το σώμα μας έχει σχεδιαστεί για να βρίσκεται σε κίνηση σε αντίθεση με την καθιστική ζωή την οποία οι περισσότεροι από εμάς έχουμε υιοθετήσει στην καθημερινότητά μας. Μελέτες έχουν δείξει ότι οι ποδηλάτες ζουν κατά μέσο όρο 2 χρόνια περισσότερο από τους μη ποδηλάτες ενώ ένα γρήγορο περπάτημα 25 λεπτών την ημέρα μπορεί να μας χαρίσει έως και 7 χρόνια ζωή παραπάνω. Ταυτόχρονα, οι πόλεις μας γίνονται πιο φιλικές και πιο ελκυστικές, όταν περπατάμε περισσότερο ή/και όταν μετακινούμαστε με ποδήλατο, συμβάλλοντας στη μείωση της κυκλοφοριακής συμφόρησης και στη βελτίωση της ποιότητας ζωής. (Πηγή: <http://www.mobilityweek.eu>)

Καθώς όμως οι πεζοί και οι ποδηλάτες, μαζί με τους μοτοσικλετιστές, αποτελούν το 70% των θυμάτων από τροχαία δυστυχήματα στις αστικές οδούς σε όλη την Ευρώπη (Πηγή: ETSC), άρα τους πιο ευάλωτους χρήστες της οδού, είναι σημαντικό να μάθουμε πώς να περπατάμε σωστά στο δρόμο ώστε να είμαστε ασφαλείς και να χαιρόμαστε τις μετακινήσεις μας. Γι' αυτόν το λόγο, το Ι.Ο.Α.Σ. «Πάνος Μυλωνάς» δημιούργησε ένα **ενημερωτικό βίντεο** με σαφείς οδηγίες για το **πώς πρέπει να κινούμαστε πεζή στο δρόμο**, σε ποια σημεία πρέπει να προσέχουμε περισσότερο, πού πρέπει να περπατάμε και με ποια φορά προς τα αυτοκίνητα, πώς να είμαστε ορατοί τη νύχτα, κ.α. Η καμπάνια θα προβληθεί σε όλα τα κανάλια επικοινωνίας του Ι.Ο.Α.Σ. και τα κοινωνικά δίκτυα, με στόχο την ενημέρωση των πολιτών, μικρών και μεγάλων, με ευχάριστο και δημιουργικό τρόπο.

Το πώς και πού πρέπει περπατάμε είναι βασική αρχή των εγκεκριμένων και πιστοποιημένων εκπαιδευτικών προγραμμάτων κυκλοφοριακής αγωγής του Ι.Ο.ΑΣ. για μαθητές όλων των βαθμίδων, ξεκινώντας από την προσχολική ακόμη ηλικία. Στις τάξεις μάλιστα του Δημοτικού, με το πρόγραμμα «Κυκλοφορώ με Ασφάλεια, τα παιδιά συνδυάζοντας το παιχνίδι με τη μάθηση, μαθαίνουν τις βασικές έννοιες της κυκλοφοριακής αγωγής. Ταυτόχρονα, μαθητές ηλικίας 9-12 ετών συμμετέχουν στο πρόγραμμα του Ινστιτούτου «Ασφαλώς Ποδηλατώ», με την εποπτεία πάντα και την καθοδήγηση των εμψυχωτών-εκπαιδευτών του Ι.Ο.ΑΣ., και μυούνται στην ασφαλή χρήση του ποδηλάτου, με τρόπο ευχάριστο, φιλικό και διαδραστικό, που ενισχύει την ομαδικότητα και την ενεργή συμμετοχή.

Δράσεις παντού και για όλους!

Στο πλαίσιο της Εβδομάδας Κινητικότητας, στο **Δήμο Ρεθύμνης**, από τις **16-20/9**, **μαθητές της Π/θμιας** θα έχουν την ευκαιρία να εκπαιδευτούν από τους εμψυχωτές του Ι.Ο.ΑΣ. με τα προγράμματα «Κυκλοφορώ με Ασφάλεια» και «Ασφαλώς Ποδηλατώ», και της Δ/θμιας με το βιωματικό πρόγραμμα για την οδική ασφάλεια με τη χρήση προσομοιωτών τελευταίας τεχνολογίας, που απευθύνεται σε **μαθητές Γυμνασίων και Λυκείων**, με στόχο να γίνουν υπεύθυνοι οδηγοί και χρήστες της οδού, και εν τέλει υπεύθυνοι πολίτες. Καθ' όλη τη διάρκεια της Εβδομάδας, τις πρωινές ώρες, στην πλατεία Μικρασιατών, οι μαθητές των Γυμνασίων και Λυκείων θα επισκέπτονται την Κινητή Μονάδα του Ι.Ο.ΑΣ., ενώ την Τρίτη 17/9, στην ίδια πλατεία, θα πραγματοποιηθεί ανοικτή εκδήλωση για το κοινό, όπου θα ενημερώνονται με βιωματικό τρόπο για κρίσιμα ζητήματα της Οδικής Ασφάλειας. Οι εκδηλώσεις αυτές υλοποιούνται σε συνεργασία με το Δήμο Ρεθύμνης.

Πώς να κυκλοφορούν στο δρόμο με ασφάλεια και πώς να μετακινούνται με το πρώτο τους όχημα, το ποδήλατο, θα μάθουν **οι μικροί μας φίλοι** στο **Άλσος Περιστερίου (Πάρκο Κυκλοφοριακής Αγωγής)**, το Σάββατο **21/9**, από τις 10 το πρωί έως τις 2 το μεσημέρι, όπου θα πραγματοποιηθούν τα προγράμματα του Ινστιτούτου «Κυκλοφορώ με Ασφάλεια» και «Ασφαλώς Ποδηλατώ». Η είσοδος είναι ελεύθερη. Η εκδήλωση υλοποιείται σε συνεργασία με το Δήμο Περιστερίου.

Στις 17-19/9, εκπρόσωποι του Ι.Ο.ΑΣ. «Πάνος Μυλωνάς», ως συντονιστές του **Ευρωπαϊκού Προγράμματος (Erasmus +) 'Knights for Road safety'**, θα ταξιδέψουν στην **Τεράσα της Ισπανίας** για την υλοποίηση του 2ου (από τα έξι) **εκπαιδευτικά σεμινάρια** όπου θα συμμετέχουν οι εξής οργανισμοί: Motor Transport Institute (Πολωνία), CECE (Spanish Confederation of Education & Training centers, Ισπανία), BundesGymnasium und BundesRealGymnasium Schwechat (Αυστρία), Trinity College Dublin-The University of Dublin (TCD), Omega Technology (Greece) & Ελληνογερμανική Αγωγή (Ελλάδα). Το τριήμερο εκπαιδευτικό σεμινάριο θα περιλαμβάνει μια σειρά από παρουσιάσεις και εργαστήρια (workshops) για **εκπαιδευτικούς** σχετικά με κρίσιμα ζητήματα οδικής ασφάλειας. Ειδικότερα θα πραγματοποιηθούν εκπαιδεύσεις για βιώσιμους τρόπους μετακίνησης, για την ασφάλεια των πεζών και των επιβατών και παράλληλα θα χρησιμοποιηθεί εξοπλισμός Virtual Reality για την αποτελεσματικότερη εκπαίδευση με διαφορετικά σενάρια που θα αφορούν σε πεζούς και ποδηλάτες.

Το Ι.Ο.ΑΣ. υποστηρίζει επίσης τις δράσεις για **παιδιά και γονείς** που θα πραγματοποιήσουν στη διάρκεια της Εβδομάδας οι **«Μαμάδες+ στο Δρόμο»**, η πρωτοβουλία πολιτών για την προσβασιμότητα και την οδική ασφάλεια, και πιο

συγκεκριμένα βαφή χρωματιστών διαβάσεων σε κρίσιμα σημεία, όπως σχολεία κτλ., χοροθεατρικά και άλλα δρώμενα σε διαβάσεις (με φανάρια ή χωρίς), χορό σε χώρους των πεζών (πεζοδρόμια, πεζόδρομους) και εορταστική ποδηλατάδα γυναικών.

Με αφορμή το **Project EDWARD** (26/9), που συντονίζει πανευρωπαϊκά η TISPOL, οι άνθρωποι του Ι.Ο.ΑΣ. μαζί με εκπροσώπους των Ευρωπαϊκών Οργανισμών που συμμετέχουν στο Πρόγραμμα (Erasmus +) 'Knights for Road safety', φωτογραφήθηκαν συμβολικά με στόχο να μεταφέρουν το μήνυμα και τη **δέσμευση για μηδενικούς θανάτους** στους δρόμους της Ευρώπης.

«Στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Κινητικότητας και του Project EDWARD, το Ι.Ο.ΑΣ. συνεχίζει τα εκπαιδευτικά του προγράμματα για παιδιά, εφήβους και εκπαιδευτικούς, σε όλη την Ελλάδα. Στόχος πρώτα από όλα η ασφάλεια των παιδιών όταν περπατούν στο δρόμο και όταν μετακινούνται με το ποδήλατό τους», δήλωσε η Πρόεδρος του Ι.Ο.ΑΣ. «Πάνος Μυλωνάς», κυρία Βασιλική Δανέλλη-Μυλωνά. «Φέτος εστιάζουμε στους πεζούς και τους ποδηλάτες, τους πιο ευάλωτους χρήστες του δρόμου, καθώς οι μετακινήσεις μας μπορούν να γίνουν πιο ευχάριστες και βιώσιμες, εφόσον όλοι μας ακολουθούμε κάποιους βασικούς κανόνες για να είμαστε ασφαλείς, και εμείς και οι άλλοι γύρω μας».

- ▶ Πληροφορίες για την Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Κινητικότητας μπορείτε να βρείτε [εδώ](#).
- ▶ Πληροφορίες για το Project Edward μπορείτε να βρείτε [εδώ](#).
- ▶ Πληροφορίες για τα εκπαιδευτικά προγράμματα και τις δράσεις του Ι.Ο.ΑΣ. «Πάνος Μυλωνάς» μπορείτε να βρείτε [εδώ](#).