



Dipartimento Neuroscienze Biomedicina e Movimento
Commissione Sostenibilità di Ateneo



Conferenza nazionale sul tema:
**CICLOTURISMO DI AREA VASTA,
CICLOVIA VERONA - FIRENZE, ANELLO DEL GARDA,
VENTO E NON SOLO, L'IMPORTANZA DELLE CABINE DI
REGIA REGIONALI**

SABATO 13 MAGGIO 2017 - POLO ZANOTTO, AULA T1 VIALE
DELL'UNIVERSITÀ - VERONA

Crediti professionali chiesti per architetti

**La formazione *integrata* per fare della **mobilità
ciclistica** un'occasione di miglioramento
dell'attività motoria e della **salute****

Federico Schena





UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI VERONA

Dipartimento Scienze neurologiche e motorie
Commissione Sostenibilità di Ateneo

Corso di perfezionamento e aggiornamento professionale per una nuova figura professionale

Esperto promotore della Mobilità Ciclistica



- Vorresti lavorare per un economia nuova che valorizzi i territori, le città, le persone e favorisca la salute?

- Sei alla ricerca di una professione nuova e moderna?

- il cicloturismo è in espansione, ti piacerebbe lavorarci?

- ti piacerebbe sviluppare e promuovere reti ciclabili urbane o territoriali?

Con questa formazione potrai sviluppare una professionalità amica della bicicletta ed aiutare l'ambiente e le persone a vivere meglio

attività fisica & salute

un binomio veramente importante?

l'attività fisica è un fenomenale “comportamento”
preventivo (ma è anche **predittivo**).

In this pooled analysis of individual data from 9 selected cohorts (35485 65y and older), gait speed was associated with survival in older adults.

JAMA 2011



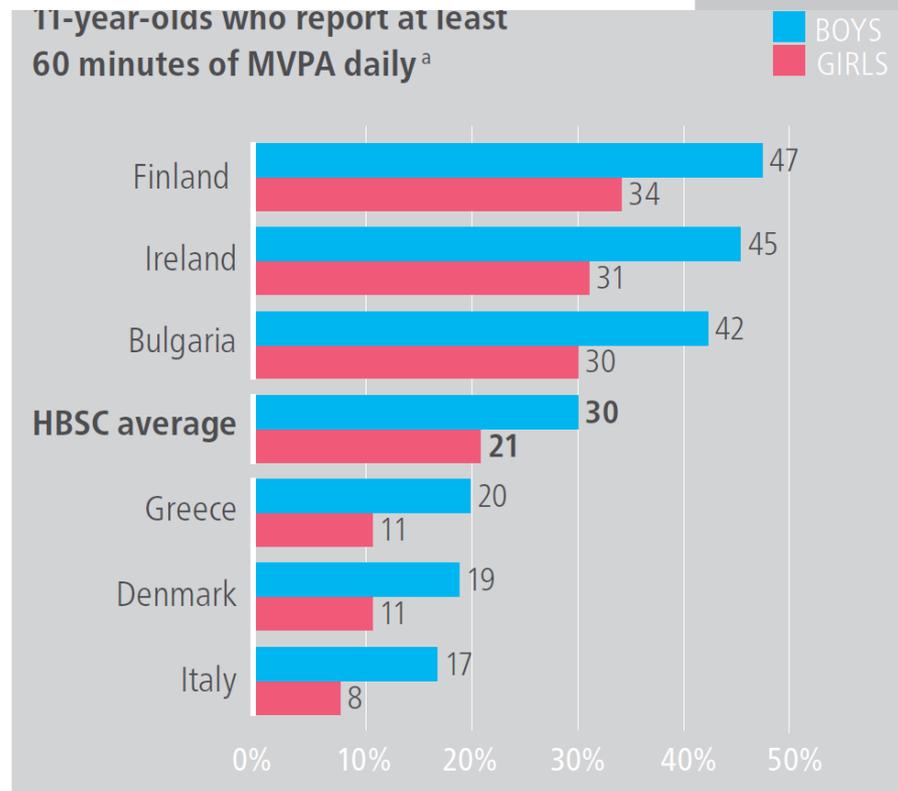
World Health Organization

REGIONAL OFFICE FOR Europe

PHYSICAL ACTIVITY IN ADOLESCENTS

FACT SHEET, 15 March 2016

KEY FACTS AND FIGURES



^a Top and bottom 3, and average across all countries in the HBSC report

*Per contrastare in modo efficace
questo andamento servono
investimenti non solo in
infrastrutture ma anche in
conoscenza e competenza*

La Carta di Toronto per l'Attività Fisica: una chiamata globale all'Azione.

OMS 2010

Perché una Carta sull'attività fisica?

La Carta di Toronto per l'Attività Fisica è una **chiamata all'azione** e uno strumento di advocacy per offrire a tutti opportunità sostenibili per adottare uno stile di vita attivo.

Le organizzazioni e gli individui interessati a promuovere l'attività fisica possono utilizzare questa Carta per **sensibilizzare e unire i decisori a livello nazionale**, regionale e locale nel raggiungere un obiettivo condiviso.

Queste organizzazioni comprendono i **settori della sanità**, dei trasporti, dell'ambiente, **dello sport** e del tempo libero, **dell'istruzione e della formazione**, della pianificazione urbanistica, oltre **all'amministrazione pubblica**, alla società civile e al settore privato.



**UNIVERSITÀ
DI VERONA**

dipartimento
**SCIENZE NEUROLOGICHE
E DEL MOVIMENTO**

Commissione
sostenibilità
di Ateneo



ORDINE
DEI
SALVACICLISTI
SPECIALISTI
CONSERVATORI
DEL TERRITORIO
VERONA



3° Corso 2016 di perfezionamento
e aggiornamento professionale
per una nuova figura professionale:

Esperto Promotore Mobilità Ciclistica

febbraio - giugno 2016

Vorresti lavorare per una economia nuova
che valorizzi i territori, le città, le persone
e favorisca la salute?

Sei alla ricerca di una professione nuova
e moderna?

Il cicloturismo è in espansione,
ti interesserebbe lavorarci?

Ti piacerebbe sviluppare e promuovere
reti ciclabili urbane o territoriali?



**Con questa formazione
potrai sviluppare
una professionalità
amica della bicicletta
ed aiutare l'ambiente
e le persone
a vivere meglio**

Previsti crediti professionali
per ingegneri ed architetti

Info: marco.passigato@univr.it
www.dsnm.univr.it

Imparerai a riconoscere i buoni interventi da quelli meno buoni
Ci vogliono percorsi ciclabili continui e di qualità



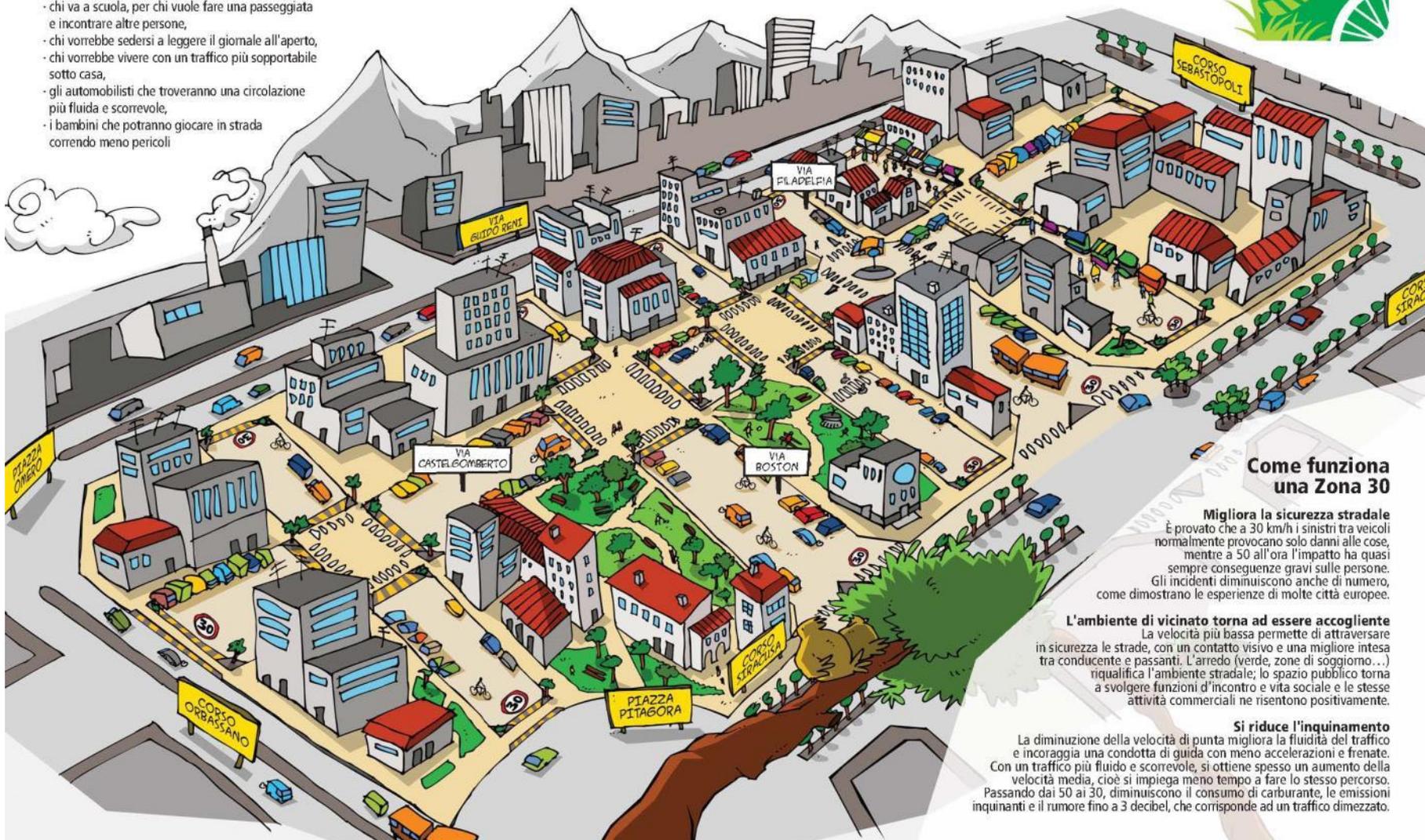
Arriva la Zona 30!

Al suo interno le strade sono progettate per un traffico che non superi i 30 km/h.

Sarà meglio per:

- chi si muove a piedi o in bicicletta per andare a lavorare o a fare la spesa,
- chi va a scuola, per chi vuole fare una passeggiata e incontrare altre persone,
- chi vorrebbe sedersi a leggere il giornale all'aperto,
- chi vorrebbe vivere con un traffico più sopportabile sotto casa,
- gli automobilisti che troveranno una circolazione più fluida e scorrevole,
- i bambini che potranno giocare in strada correndo meno pericoli

Zona 30: meglio per tutti



Come funziona una Zona 30

Migliora la sicurezza stradale

È provato che a 30 km/h i sinistri tra veicoli normalmente provocano solo danni alle cose, mentre a 50 all'ora l'impatto ha quasi sempre conseguenze gravi sulle persone. Gli incidenti diminuiscono anche di numero, come dimostrano le esperienze di molte città europee.

L'ambiente di vicinato torna ad essere accogliente

La velocità più bassa permette di attraversare in sicurezza le strade, con un contatto visivo e una migliore intesa tra conducente e passanti. L'arredo (verde, zone di soggiorno...) riqualifica l'ambiente stradale; lo spazio pubblico torna a svolgere funzioni d'incontro e vita sociale e le stesse attività commerciali ne risentono positivamente.

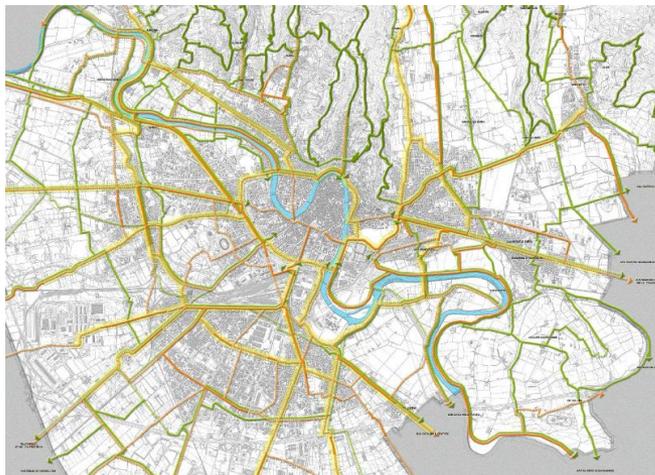
Si riduce l'inquinamento

La diminuzione della velocità di punta migliora la fluidità del traffico e incoraggia una condotta di guida con meno accelerazioni e frenate. Con un traffico più fluido e scorrevole, si ottiene spesso un aumento della velocità media, cioè si impiega meno tempo a fare lo stesso percorso. Passando dai 50 ai 30, diminuiscono il consumo di carburante, le emissioni inquinanti e il rumore fino a 3 decibel, che corrisponde ad un traffico dimezzato.

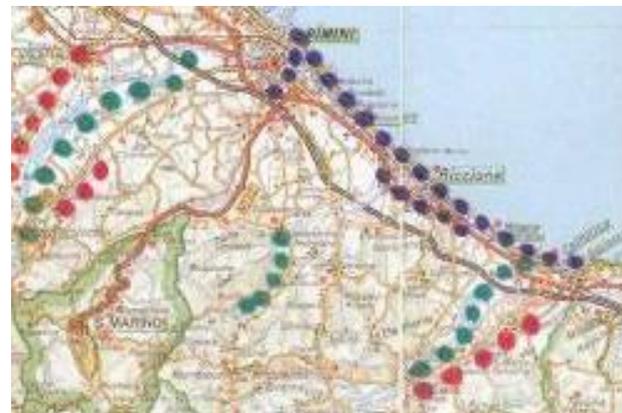
Ciclostazioni e intermodalità



Imparerai a capire cos'è un bici Plan a pianificarne gli sviluppi



a valutare le potenzialità di un territorio a organizzarne i percorsi

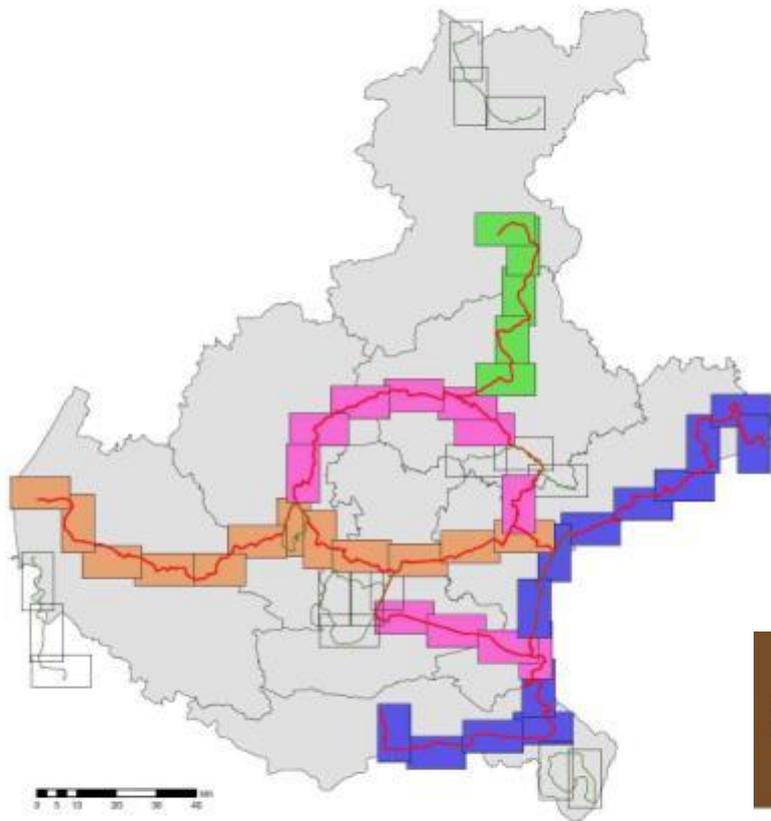


Imparerai a conoscere le diverse categorie di ciclisti



8.

ITINERARI:



- Escursione
- Itinerario
- Contorni provinciali
- Itinerario 1
- Itinerario 2
- Itinerario 3
- Itinerario 4
- Escursioni

1. Lago di Garda – Venezia: sulle strade dell'arte e della letteratura;
2. Delta del Po – Portogruaro: la litoranea veneta;
3. Vicenza – Asolo – Treviso – Venezia – Padova: il giro del Veneto;
4. Cortina D'Ampezzo – Venezia: dalle Dolomiti all'Adriatico.

I riquadri colorati indicano le tavole cartografiche previste per la pubblicazione.

Segnatetica cicloturistica



Le reti Eurovelo e Bicalitalia



- North - South Routes:**
- ① Atlantic Coast Route: North Cape - Sagres 6,180 km
 - ② Pilgrims Routes Transreitha - Santiago de Compostela 6,122 km
 - ③ Via Roma Transalpine Lombard - Rome and Madrid 5,900 km
 - ④ Middle Europe Route: North Cape - Malta 4,000 km
 - ⑤ Baltic Sea to Adriatic Sea (Baltic-Adriatic) 2,800 km
 - ⑥ East Europe Route: North Cape - Athens 5,800 km
- West - East Routes:**
- ⑦ Capital Route: Gateway - Moscow 4,800 km
 - ⑧ Rosoff - Kiev 4,000 km
 - ⑨ Atlantic Ocean to Black Sea (Black-Pravich) Routes - Oostende 3,650 km
 - ⑩ Mediterranean Route: Cadix - Athens 5,200 km
- Other:**
- ⑪ Baltic Sea Cycle Route (Baltic coast) 2,000 km
 - ⑫ North Sea Cycle Route 4,432 km
- Total network: 62,606 km**

Un'idea della Federazione Italiana Amici della Bicicletta



Cos'è un **prodotto** cicloturistico



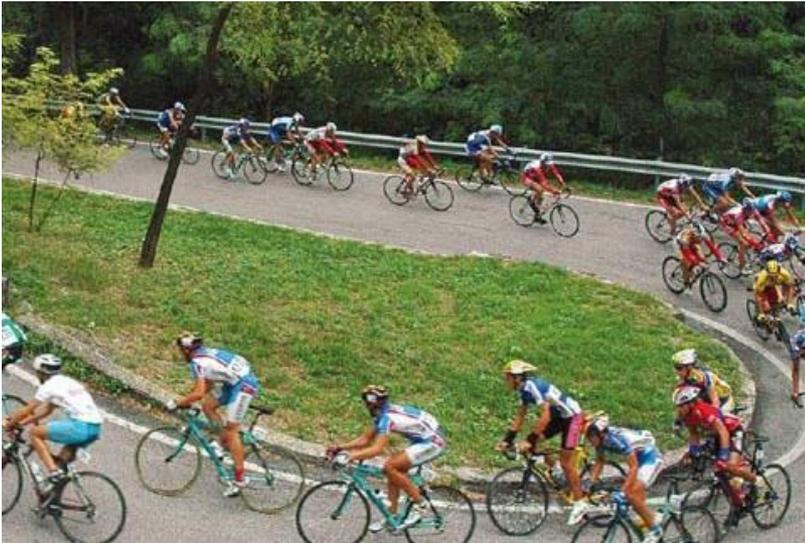
**Ferrovie
dismesse**

Provincia di Bolzano val Pusteria



Bici Grill e imprenditoria





Imparare a valutare le capacità



Lezioni in aula e sul terreno



**3 corsi - oltre 50 partecipanti diplomati
da 12 regioni italiane (anche 1 svizzero)**

Project work:

fare impresa

cicloturismo

ciclabilità urbana

ciclabilità di area vasta

attività educativa (scuole, etc.)

studi economici

esperienze

sociale



2015 – 1° Cosmo Bike a Verona

CICLONE ASD Promotori della mobilità ciclistica

premio dedicato ai servizi Bike Friendly ovvero servizi e attività che puntano a migliorare la ciclabilità urbana ed extraurbana



3° corso 2016 - 16 partecipanti età da 24 a 69 anni

