



## A piedi come in bus...

di Caterina Bassoli

**Siete in pensione e vi piace camminare? Vi piace il contatto con i bambini e socializzare con persone di diverse età? Vi piacerebbe partecipare ad un'attività bella e utile per la vita del vostro quartiere? Allora Pedibus è un progetto che può fare al caso vostro.**

Presente in Svizzera da 1998, Pedibus è un'iniziativa di ATA (Associazione traffico e ambiente) che conta oggi sul territorio elvetico oltre 300 linee. In Ticino il Coordinamento cantonale, che opera in rete con il Coordinamento nazionale ed è sostenuto da importanti partner pubblici e privati con i quali collabora (UPI, FSS, progetto cantonale Meglio a piedi, Polizia cantonale, ...), è attivo dal 2015 e in soli quattro anni ha davvero fatto molta strada! Se a fine 2015 si contavano infatti solamente 11 linee in Ticino, oggi queste ultime sono oltre 80, con 1100 bambini iscritti e oltre 200 accompagnatori. L'impatto del progetto Pedibus va tuttavia ben oltre la creazione di nuove linee. Da uno studio pubblicato da ATA a fine 2017 è emerso che il 54% delle famiglie che conoscono Pedibus hanno modificato le loro modalità di spostamento per privilegiare l'andare a piedi o in bicicletta rispetto all'utilizzo dell'automobile, laddove possibile. I bambini che praticano il Pedibus saranno dunque domani adulti più attenti nella scelta di come muoversi. Ma che cos'è in sé Pedibus? Come un vero autobus, il Pedibus rispetta un orario, ha delle fermate, segue un itinerario, ha degli accompagnatori adulti, ma si tratta di un bus... a piedi! Nel Pedibus genitori, nonni e pensionati volenterosi, disoccupati, mamme diurne, condividono l'accompagnamento a scuola a piedi dei bambini seguendo percorsi e orari prestabiliti, decisi insieme, secondo le proprie possibilità! Anche solo uno o due giorni di Pedibus a settimana infatti possono fare la differenza!

### Chi attiva un Pedibus?

Tutti possono attivare una linea Pedibus: Comuni, Direzioni scolastiche, Assemblee dei genitori, ma anche due sole famiglie disposte ad alternarsi nell'accompagnamento a piedi dei bambini (verso la scuola o anche verso le sedi delle attività extra-scolastiche) possono segnalare il loro interesse al Coordinamento Pedibus Ticino. Chi aderisce oltre che ricevere sostegno e materiale gratuito (gilet catarifrangenti, cartelli per le fermate, gadget, materiale informativo, ...) potrà approfittare dell'assicurazione RC offerta gratuitamente da UPI ai conducenti Pedibus.

Il resto, come si suol dire, verrà da sé, perché questa iniziativa è proprio uno di quegli esempi in cui basta che si attivi qualcuno perché poi, passo dopo passo, nasca una vera e propria rete di persone che si aiutano l'un l'altra. Angelina, nonna di Emily, ha aderito a Pedibus grazie a una vicina di casa che le ha parlato del progetto «Abitando nelle vicinanze, ho sempre accompagnato Emily all'asilo a piedi, ma ora lo faccio in compagnia ed è più interessante per i bambini! Andando a piedi il bambino fa movimento, si abitua ad essere un utente della strada, apprende le regole per la sicurezza...», spiega la signora. Anche Miguel, nonno di Dunia, è attivo in questo senso: «Ho conosciuto il Pedibus con le mamme e accompagnatrici che lo fanno già, in particolare mia figlia Sabrina che è appunto una delle accompagnatrici. Una volta ho dovuto sostituirla perché lei non poteva e così ho deciso di aderire. Per i bambini è importante sia per il gruppo e l'amicizia che si crea sia per l'educazione al movimento e al giusto comportamento in strada.

Il Pedibus è interessante anche per gli adulti perché fra gli accompagnatori nascono amicizia e solidarietà!»

### Molteplici vantaggi per tutti

Considerando che il trasporto attivo nei bambini tra i 6 e i 9 anni sta, per diversi motivi, diminuendo e che un bambino su sei è in sovrappeso se non obeso, è chiaro che il Pedibus, incentivando lo spostamento casa-scuola a piedi, porta con sé diversi vantaggi. Primo fra tutti il movimento: i bambini compiono buona parte dell'e-



esercizio fisico moderato quotidiano raccomandato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), 1 ora al giorno, in modo divertente e gratuito, guadagnandone in salute. Inoltre diventano presto più autonomi, arrivano a scuola in orario e belli svegli imparando a muoversi rispettando le regole della strada. Meno auto in circolazione e sui parcheggi significano non solo più sicurezza attorno alla scuola, ma anche meno inquinamento; senza contare che, alternandosi nell'accompagnamento dei bimbi, i genitori guadagnano tempo e migliorano i rapporti di vicinato. Per tutti gli accompagnatori, infine, Pedibus diventa un'ottima occasione per tessere legami sociali, anche a carattere intergenerazionale, che portano alla creazione di una rete all'interno della quale ognuno si impegna concretamente in un progetto utile all'intera comunità; il tutto facendo del movimento che fa bene alla salute e all'ambiente!

