

Siamo nati per camminare



2012

Gentili mamme e papà,

“il passo – scrive Roberto Roversi – concede di percepire, inesauste, le ampie nostalgie e i naturali colori che dipingono il mondo e sono il refrigerio della giornata. Camminare è un’arte. Un’arte di conoscenza e di previsione. Una sollecitazione a meraviglie!” Parole di un poeta, che fanno riflettere. Troppo spesso rimaniamo invece vittime della sedentarietà, della pigrizia e dell’abitudine a usare i motori.

Camminando di più ne guadagna la nostra salute e la salute delle nostre città. La salute del cielo e della Terra malati di mille inquinamenti. Camminando non sprechiamo energia e non roviniamo il nostro patrimonio storico e artistico. Le strade, essendo più vissute, sono più sicure. Le città cambiano volto. Il futuro della civiltà si fonda sui piedi. Camminare fa bene alla mente e al corpo. I medici ci dicono che servirebbero almeno 10.000 passi, due ore di movimento al giorno, per mantenerci in salute.

Per i nostri figli siamo un esempio: facciamoci esempio virtuoso. Usiamo il più possibile i piedi per muoverci. In fondo siamo nati per camminare.

Incentivare il camminare: a questo stanno lavorando anche la Regione Emilia-Romagna e i Comuni. Da questo impegno nascono i Pedibus che “portano” i bambini a scuola a piedi. Passo dopo passo possiamo reinventare città amiche di chi cammina, cioè amiche di tutti.

Virginio Merola
Sindaco di Bologna

Andrea Colombo
Assessore alla Mobilità del Comune di Bologna

Francesco Ripa di Meana
Direttore Azienda USL Bologna