

# *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*