

# Siamo nati per camminare

2012



PER LA **SALUTE**, PER L'**AMBIENTE**,  
PER RISPARIARE **ENERGIA**  
ANDIAMO A SCUOLA A PIEDI



Comune di  
**CESENA**



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
EMILIA-ROMAGNA  
Azienda Unità Sanitaria Locale di Cesena

# 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.

Paolo Lucchi  
*Sindaco di Cesena*

Lia Montalti  
*Assessore all’Ambiente del Comune di Cesena*

Luigi Salizzato  
*Direttore Dipartimento di Sanità Pubblica Ausl di Cesena*

*Siamo nati  
per camminare*

2012



Un'iniziativa di:  
Regione Emilia-Romagna, Osservatorio per l'educazione stradale e la  
sicurezza - Regione Emilia-Romagna, INFEA  
Comune di Cesena, Azienda USL di Cesena  
Con la collaborazione del Centro Antartide e l'adesione di Camina

---

Paolo Lucchi

---

Sindaco di Cesena

---

---

SCRIVI IL TUO MESSAGGIO AL SINDACO  
PER UNA CITTÀ AMICA DEI PEDONI: